



**João Pedro Relvas
Soares**

**A Importância do Turismo de Natureza para as
Pessoas com Incapacidades**



**João Pedro Relvas
Soares**

A Importância do Turismo de Natureza para as Pessoas com Incapacidades

Dissertação apresentada à Universidade de Aveiro para cumprimento dos requisitos necessários à obtenção do grau de Mestre em Gestão e Planeamento em Turismo, realizada sob a orientação científica da Doutora Celeste Eusébio, Professora Assistente no Departamento de Economia, Gestão, Engenharia Industrial e Turismo da Universidade de Aveiro, bem como sob a coorientação da Doutora Elisabeth Kastenholtz, Professora Associada no Departamento de Economia, Gestão, Engenharia Industrial e Turismo da Universidade de Aveiro.

Dedico este trabalho à minha eterna mãe, pelo apoio incondicional que sempre me deu, especialmente nas alturas mais difíceis.

o júri

presidente

Prof. Doutora Maria João Aibéo Carneiro
Professora auxiliar na Universidade de Aveiro

Prof. Doutora Suzanne Fonseca Amaro
Professora adjunta na Escola Superior de Tecnologia e Gestão de Viseu - Instituto Politécnico de Viseu

Prof. Doutora Maria Celeste de Aguiar Eusébio
Professora auxiliar na Universidade de Aveiro

agradecimentos

Foram várias as pessoas que me ajudaram a concluir esta etapa tão importante na minha vida, pelo que aqui vão os meus agradecimentos.

Em primeiro lugar, à minha mãe, aliás, “super-mãe”, a ti te devo aquela força inesgotável, que nunca te faltou em momento algum. Numa altura em que cheguei mesmo a duvidar de mim próprio, foste tu que me deste a motivação necessária para levar a cabo esta missão tão importante na minha vida. Foste sempre aquele aliado estratégico, aquele porto seguro, onde eu desembarcava para me reabastecer de coragem, bravura e determinação para ganhar esta guerra.

Ao meu pai, obrigado pelos abraços e as palavras de apoio que me foste sempre dando.

Ao Sr. José Moreira, presidente da delegação da ACAPO em Coimbra, um muito obrigado pela sua amabilidade e disponibilidade em ter-me recebido no seu gabinete, dando-me os seus testemunhos pessoais tão preciosos e contactos de outras pessoas invisuais.

Ao Sr. António Francisco “Vinagre”, um muito obrigado pela sua simpatia e amabilidade em ter-me dado o seu testemunho, disponibilizando-me também contactos de pessoas com incapacidades motoras. Sem si, certamente tornar-se-ia mais difícil a minha recolha de dados.

Ao Ricardo, utente na ARCIL, uma palavra especial de agradecimento, visto que foste o primeiro entrevistado do meu projeto e disseste-me algo de que nunca me vou esquecer “Espero que tenhas uma boa nota!”.

Aos restantes participantes neste projeto, um grande agradecimento para que esta investigação se tornasse exequível e um verdadeiro sucesso.

À doutora Celeste Eusébio e à doutora Elisabeth Kastenholz, um grande obrigado pelo vosso acompanhamento, sugestões, correções, bem como o vosso rigor e exigência durante este percurso académico.

Aos restantes professores, agradeço-vos igualmente o vosso rigor, exigência e terem-me feito pensar “fora da caixa”. Tenho um grande orgulho em afirmar que fui aluno na Universidade de Aveiro e no DEGEIT.

palavras-chave

Turismo acessível, pessoas com incapacidades, turismo de natureza, atividades recreativas e de lazer, benefícios, motivações, constrangimentos

resumo

O turismo acessível é um segmento da procura turística com um grande potencial socioeconómico. Porém, a sua importância tem sido negligenciada por muitos stakeholders. Por outro lado, o turismo de natureza é um tipo de turismo que tem registado uma ascensão notória nas últimas décadas, sobretudo devido à crescente preocupação da nossa sociedade em mudar de um estilo de vida sedentário para um estilo de vida mais ativo. Além disso, esta população deseja viver novas sensações e experiências, pretendendo, ao mesmo tempo, melhorar a sua saúde e bem-estar.

Tendo em conta a escassez de estudos que analisam as atividades de turismo de natureza praticadas pelas pessoas com incapacidade e as diferenças que existem na prática dessas atividades, nas motivações, nos constrangimentos e nos benefícios obtidos, de acordo com o tipo de incapacidade, este projeto de investigação visa uma melhor compreensão da importância das atividades realizadas em contacto com a natureza percebida pelas pessoas com incapacidades auditivas, motoras e visuais, procurando identificar as diferenças que existem entre si, em termos de motivações, constrangimentos, benefícios, atividades praticadas e atividades desejadas. De forma a dar resposta a estes objetivos, foi aplicada uma entrevista a uma amostra de pessoas com incapacidade (29 pessoas residentes nos distritos de Castelo Branco, Coimbra, Guarda, Leiria, Lisboa e Viseu) que praticam atividades de turismo natureza.

Com base nos resultados obtidos, é possível concluir que as atividades mais praticadas são os percursos pedestres, a visitação a museus do vinho, a escalada e o rappel. As pessoas com incapacidade praticam atividades na natureza principalmente para conhecer novos destinos, adquirir novos conhecimentos, conviver e “fugir da rotina”. Os principais benefícios obtidos destas práticas são o prazer e bem-estar, a alteração de foco/equilíbrio e a sensação de liberdade, ao passo que a falta de dinheiro disponível, a falta de acessibilidades físicas e a falta de tempo disponível foram identificados como os principais constrangimentos sentidos. Em termos de diferenças, segundo o tipo de incapacidade, verificou-se a existência de algumas diferenças em todos os construtos analisados, exceto nos benefícios procurados em turismo de natureza. Assim, o grupo de incapacidades visuais é o grupo da amostra que possui um espírito mais aventureiro, estando disposto a viver novas aventuras, fato que explica a prática de uma maior variedade de atividades. Já o grupo de incapacidades motoras encara a natureza como um meio propício para desenvolver as suas aptidões físicas e mentais, procurando superar os seus próprios limites. Por outro lado, o grupo de incapacidades auditivas percebe a natureza como um meio por excelência para conviver e estabelecer novos contactos, principalmente com pessoas surdas.

keywords

Accessible Tourism, people with disabilities, nature-based tourism, leisure and recreational activities, benefits, motivations, constraints

abstract

Accessible tourism is a segment of tourism demand facing a big socio-economical potential. However, its importance has been neglected by many stakeholders. Moreover, nature-based tourism is a type of tourism which has registered a considerable growth in the last few decades, mostly due to the growing concerns of our society about changing our lifestyles, from sedentary to active ones, thus looking forward to living new sensations, trying new experiences, as well as improving our health and wellness.

Considering the lack of studies that analyse both nature-based activities and the differences that concern these activities (different motivations, constraints, and/or obtained benefits, according to the type of disability, this project aims to give a better understanding of the importance of nature-based activities perceived both by people with hearing, physical or visual disabilities and, at the same time, to identify the differences among them, in terms of motivations, constraints, benefits, experienced and desired activities. In order to achieve these objectives, an interview was applied to 29 people who currently live in the districts of Castelo Branco, Coimbra, Guarda, Leiria, Lisboa and Viseu, and practice nature-based activities.

Based on the results of this project, we can conclude that the most practiced nature-based activities are pedestrian courses, visits to wine museums, climbing and rappel. People with disabilities practice these activities in order to discover new places, to acquire new knowledge, to meet people and to escape from routine. The main benefits obtained from these activities are pleasure and welfare, change of focus/balance, as well as a sensation of freedom, whereas the lack of available money, physical accessibilities and available time were identified as the main constraints. In terms of differences, according to the type of disability, we verified the existence of some differences in almost every constraint, except the searched benefits. Thus, people with visual disabilities are more adventurous, being open to living new adventures. This explains why this group practices more nature-based activities, when compared to the other groups. Furthermore, people with physical disabilities perceive nature as a suitable place to develop their physical and mental skills and, at the same time, to surpass their own limits. People with hearing disabilities perceive nature as a place to meet new people by excellence, mostly deaf ones.

Índice

Introdução	1
1.1. Enquadramento do tema do projeto.....	1
1.2. Metodologia.....	2
1.3. Estrutura do projeto	3
Capítulo II – O Turismo Acessível.....	5
2.1. Introdução.....	5
2.2. Abordagens conceituais	5
2.3. O turismo acessível do ponto de vista da procura	6
2.4. Importância económica do turismo acessível.....	10
2.5. Conclusão	13
Capítulo III – O Mercado do Turismo Acessível.....	15
3.1. Introdução.....	15
3.2. As pessoas com incapacidade no mundo, na Europa e em Portugal	15
3.3. O modelo médico, o modelo social e o modelo biopsicossocial.....	18
3.4. Enquadramento do conceito de incapacidade.....	22
3.4. Conclusão	26
Capítulo IV – As Atividades de Turismo de Natureza.....	27
4.1. Introdução.....	27
4.2. Enquadramento conceitual do turismo de natureza	27
4.3. As características dos destinos de turismo de natureza.....	30
4.4. Importância económica do turismo de natureza	32
4.5. As atividades realizadas pelos turistas em contacto com a natureza.....	34
4.6. Fatores influenciadores da realização de atividades na natureza	37
4.7. Benefícios da realização de atividades na natureza para os turistas.....	37
4.8. Conclusão	40
Capítulo V – O Turismo de Natureza direcionado para as Pessoas com Incapacidades	43
5.1. Introdução.....	43
5.2. Motivações das pessoas com incapacidades em turismo de natureza	43
5.3. Constrangimentos das pessoas com incapacidades em turismo de natureza.....	46

5.4. Atividades de turismo de natureza realizadas e desejadas pelas pessoas com incapacidades.....	56
5.5. Os benefícios obtidos em turismo de natureza pelas pessoas com incapacidades	57
5.6. Conclusão	65
Capítulo VI – Metodologia	67
6.1. Introdução.....	67
6.2. Objetivos do estudo empírico	67
6.3. Recolha de dados	69
6.4. Análise de dados	72
Capítulo VII – Análise e Discussão dos Resultados Empíricos	73
7.1. Introdução.....	73
7.2. Perfil sociodemográfico da amostra	73
7.3. Análise das práticas turísticas da amostra	82
7.4. Identificação e comparação dos construtos em análise	89
7.4.1. Motivações	89
7.4.2. Benefícios procurados	92
7.4.3. Constrangimentos.....	94
7.4.4. Atividades realizadas.....	100
7.4.5. Atividades desejadas	102
7.4.6. Benefícios obtidos	104
7.5. Conclusão	108
Conclusão	111
8.1. Introdução.....	111
8.2. Conclusões gerais	111
8.3. Contributos e sugestões desta investigação	115
8.4. Dificuldades e limitações sentidas neste projeto	117
8.5. Sugestões para estudos futuros	118
Referências Bibliográficas	121
Apêndices	147
Apêndice I – Relatório de estágio curricular	147
Apêndice II – Guião da entrevista semiestruturada.....	181

Índice de tabelas

Tabela 2.1. Estada média e duração média das viagens dos visitantes com incapacidades na União Europeia	12
Tabela 3.1. Número e percentagem de pessoas (15-64 anos) com incapacidades na União Europeia (2011)	16
Tabela 3.2. População portuguesa com incapacidades (2011)	18
Tabela 3.3. Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (2001) ..	22
Tabela 3.4. Tipologias de incapacidade existentes	25
Tabela 4.1. Definições de turismo de natureza	29
Tabela 4.2. Caraterísticas dos destinos de turismo de natureza	31
Tabela 4.3. Atividades <i>soft</i> e atividades <i>hard</i> em turismo de natureza	34
Tabela 4.4. Benefícios obtidos pelos turistas em contacto com a natureza	39
Tabela 5.1. Investigadores e estudos sobre motivações em turismo de natureza	44
Tabela 5.2. Motivações das pessoas com incapacidades em turismo de natureza	45
Tabela 5.3. Investigadores e tipos de incapacidade no âmbito dos constrangimentos em turismo de natureza	47
Tabela 5.4. Constrangimentos das pessoas com incapacidades motoras em turismo de natureza	49
Tabela 5.5. Constrangimentos das pessoas com incapacidades auditivas em turismo de natureza	51
Tabela 5.6. Constrangimentos das pessoas com incapacidades visuais em turismo de natureza	54
Tabela 5.7. Atividades realizadas e atividades desejadas pelas pessoas com incapacidades em turismo de natureza	57
Tabela 5.8. Investigadores e estudos sobre os benefícios do turismo de natureza obtidos pelas pessoas com incapacidades	59
Tabela 5.9. Benefícios obtidos pelas pessoas com incapacidades em turismo de natureza ..	63
Tabela 7.1. Género, idade, habilitações literárias e distrito de residencia da amostra	75
Tabela 7.2. Divisão da amostra, de acordo com o grupo etário	76
Tabela 7.3. Profissão, rendimento mensal líquido, estado civil e nº de filhos da amostra ..	78
Tabela 7.4. Categoria, subcategoria e data de aquisição da incapacidade de cada um dos elementos da amostra	79
Tabela 7.5. Habilitações académicas da amostra	81
Tabela 7.6. Rendimento mensal líquido auferido pela amostra	81
Tabela 7.7. Situação perante o trabalho da amostra	82
Tabela 7.8. Caraterização das viagens dos elementos da amostra	83
Tabela 7.9. Destinos de tipos de destino de viagem dos elementos da amostra	84

Tabela 7.10. Razões para não viajar e fatores que a amostra valoriza na escolha das viagens	87
Tabela 7.11. Estratégias da amostra para contornar os obstáculos durante as suas viagens.....	89
Tabela 7.12. Motivações da amostra em turismo de natureza.....	90
Tabela 7.13. Sistematização das principais motivações dos inquiridos, segundo o tipo de incapacidade	91
Tabela 7.14. Benefícios procurados pela amostra em turismo de natureza.....	93
Tabela 7.15. Benefícios procurados em turismo de natureza, por tipo de incapacidade.....	94
Tabela 7.16. Constrangimentos da amostra em turismo de natureza	95
Tabela 7.16. Constrangimentos da amostra em turismo de natureza (Continuação)	96
Tabela 7.17. Principais constrangimentos da amostra, por tipo de incapacidade	99
Tabela 7.18. Atividades realizadas pela amostra em turismo de natureza	100
Tabela 7.19. Atividades realizadas pela amostra, por grupo de incapacidade	101
Tabela 7.19. Atividades realizadas pela amostra, por grupo de incapacidade (Continuação)	102
Tabela 7.20. Atividades desejadas pela amostra em turismo de natureza.....	102
Tabela 7.20. Atividades desejadas pela amostra em turismo de natureza (Continuação) .	103
Tabela 7.21. Atividades desejadas pela amostra, de acordo com o tipo de incapacidade .	103
Tabela 7.21. Atividades desejadas pela amostra, de acordo com o tipo de incapacidade (Continuação)	104
Tabela 7.22. Benefícios obtidos pela amostra em turismo de natureza.....	104
Tabela 7.23. Benefícios obtidos pela amostra, segundo o tipo de incapacidade.....	107
Tabela 7.23. Benefícios obtidos pela amostra, segundo o tipo de incapacidade (Continuação)	108
 Tabela I.1. Mapa resumo de quantidades	 155
Tabela I.2. Descritivo de setas e painéis.....	156

Índice de figuras

Figura 4.1. Quota de mercado em termos de viagens associada aos principais mercados emissores europeus em turismo de natureza (2010).....	33
 Figura I.1. Percorso pedestre em Alvaiázere	 147
Figura I.2. Percorso pedestre em Alvaiázere	152
Figura I.3. Centro de BTT em Ferraria de São João.....	153
Figura I.4. Dístico Bikotel	153
Figura I.5. Fluxo de peregrinos a partir de Lisboa	163
Figura I.6. Número de peregrinos registados no Caminho Português de Santiago	163

Introdução

1.1. Enquadramento do tema do projeto

Esta investigação foi desenvolvida no âmbito de um estágio curricular, que visou desenvolver e implementar novas abordagens em relação ao turismo de natureza (ver apêndice I).

O turismo acessível não é um tema exclusivo das pessoas com incapacidade. É também um assunto universal e que diz respeito à sociedade em que vivemos, devendo merecer a consideração de todos nós (Atef, 2011; Buhalis, Eichhorn, Michopoulou & Miller, 2005; Card, Cole & Humphrey, 2006; Darcy, 2010; Devile, Kastenholz & Santiago, 2010; Devile, Garcia, Carvalho & Neves, 2012).

Estamos, de facto, a presenciar um envelhecimento da população mundial, sendo certo que, quanto mais avançada for a idade, maior será a tendência para o desenvolvimento de necessidades especiais que requerem um atendimento mais cuidado e especializado (Cole & Morgan, 2010; Devile et al., 2012; Perfil, 2010; Uhlenberg, 2009).

De acordo com as previsões de vários investigadores, a procura do turismo acessível vai continuar nas próximas décadas (Comissão Europeia, 2013-2014; Eurostat, 2014; Garcia, Mouta, André & Cândido, 2014).

Na verdade, são diversos os indivíduos que fazem parte da procura do turismo acessível, entre os quais se inserem os indivíduos com incapacidades (Buhalis et al., 2005; Devile, 2009a; Devile et al., 2012; Montes & Aragall, 2009; Neumann & Reuber, 2004; Papamichail, 2012).

Por outro lado, o turismo de natureza tem como principal propósito o usufruto de atrações naturais e a prática de atividades variadas em contacto com a natureza (Tourism Australia, 2017). Este é, portanto, um tipo de turismo que tem apresentado uma ascensão notória nas últimas décadas (Aas, Ladkin & Fletcher, 2005; Baldin, Deadman & Eagles, 2003; Bell, Simpson, Tyrväinen, Sievänen & Pröbstl, 2007; Buckley, Pickering & Weaver, 2003; Hall & Boyd, 2005; Hall, Müller & Saarinen, 2009; Kuenzi & McNeely, 2008; Li, 2006; Mehmetoglu, 2007). Na base deste crescimento, tem contribuído a existência de uma sociedade cada vez mais consciente e responsável do ponto de vista

ambiental, que tem encarado a natureza como um meio propício para diversificar o seu leque de experiências de viagem (Maetzold, 2002).

São vários os investigadores que defendem que o turismo de natureza vai continuar a crescer nos próximos anos (Plano Estratégico Nacional do Turismo, [PENT] 2013; Center for Responsible Travel, 2015). Neste sentido, a Center for Responsible Travel (2015) estima que, no período temporal compreendido entre 2015 e 2021, este tipo de turismo vai representar aproximadamente 25% do total das viagens em turismo a nível mundial. Isto corresponde, em termos monetários, a cerca de 400 mil milhões de euros por ano.

Na atualidade, embora existam já contributos notáveis de diversos investigadores sobre o turismo acessível, de facto, são muito escassos os estudos que comparam os grupos de incapacidades auditivas, motoras e visuais, em termos de motivações, benefícios procurados, constrangimentos, benefícios obtidos, atividades praticadas, bem como atividades desejadas em contacto com a natureza (Anderson, Schleien, McAvoy, Lais & Seligmann, 1997; Chikuta, du Plessis & Saayman, 2017; Moura, Kastenholz & Pereira, 2012; Sit, Lindner & Sherrill, 2002).

Posto isto, o objetivo principal desta investigação consiste na análise da importância do turismo de natureza para as pessoas com incapacidades. Especificamente, vamos identificar um conjunto de variáveis que serão utilizados para estabelecer comparações entre os grupos de incapacidades. Desta forma, será possível verificar se existem diferenças entre estes grupos, no que concerne a cada uma das variáveis identificadas.

Em suma, esta investigação visa enriquecer a literatura em torno do turismo acessível, constituindo uma importante base teórica, que vai auxiliar os investigadores na realização de mais estudos sobre este mercado turístico. Em termos práticos, pretende-se que os resultados empíricos possam auxiliar os agentes turísticos na criação e no desenvolvimento de bens e serviços melhor ajustados às necessidades das pessoas com incapacidades permanentes (sensoriais e motoras), que apresentam um grande potencial económico ainda por explorar, com motivações, necessidades e desejos muito variados.

1.2. Metodologia

Para dar resposta aos objetivos deste projeto, foi seguida uma abordagem qualitativa (Vanderstoep & Johnston, 2009). As técnicas de amostragem utilizadas neste projeto foram

a amostragem por conveniência e a amostragem do tipo “bola de neve”, ambas amostragens não aleatórias (Breiby, 2015; Chikuta et al., 2017; Fredman, Wall-Reinius & Grundén, 2012; Jakubec & Ray, 2014). Já como instrumento de recolha de dados, foi selecionada a entrevista semiestruturada (Quivy & Campenhoudt, 1998; Vanderstoep et al., 2009; Veal, 2006).

Neste estudo, foram entrevistadas 29 pessoas com incapacidades permanentes que referiram ter já realizado, pelo menos, uma atividade em contacto com a natureza, nomeadamente dez indivíduos com incapacidades auditivas, dez indivíduos com incapacidades motoras, bem como nove indivíduos com incapacidades visuais.

1.3. Estrutura do projeto

Este projeto de investigação está organizado, para além desta introdução, em quatro partes, nomeadamente uma revisão de literatura, a que se segue a metodologia de recolha e de análise de dados utilizada, uma análise e discussão dos resultados empíricos obtidos, bem como uma conclusão que sintetiza os aspetos mais importantes do projeto.

A revisão de literatura desta investigação é formada por quatro capítulos. O primeiro, que se encontra relacionado com o turismo acessível, inicia-se com algumas abordagens conceituais em torno deste conceito, seguidas de informações pertinentes acerca da procura turística atual neste tipo de turismo, bem como a sua importância económica para os destinos turísticos. O capítulo três propõe-se apresentar dados estatísticos atuais sobre a população com incapacidades no mundo, na Europa e em Portugal, apresentando ainda previsões para o futuro. Posteriormente, realizar-se-á um enquadramento dos termos “deficiência” e “incapacidade”, referindo os tipos de incapacidades existentes, de acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS) (2011). De seguida, surgem os modelos defendidos por vários investigadores relacionados com a deficiência.

O capítulo quatro da revisão da literatura deste projeto, que está associado ao turismo de natureza e às suas atividades, inicia-se com algumas definições em torno deste conceito. Posteriormente, serão referidas características do turismo de natureza defendidas por vários autores, a que se segue uma explicação, com maior profundidade, da importância económica do turismo de natureza para os destinos. Além disso, serão mencionadas as atividades praticadas e as atividades desejadas pelas pessoas com incapacidades. Depois,

serão referidos os fatores influenciadores da prática de atividades na natureza, seguidos dos benefícios da prática destas atividades para os turistas e, por último, os fatores que influenciam as percepções pessoais dos turistas em relação aos benefícios procurados em turismo de natureza.

O capítulo cinco desta investigação, estando subjacente à importância das atividades de turismo de natureza para as pessoas com incapacidades, propõe-se identificar as motivações, os constrangimentos, bem como os benefícios obtidos por estes indivíduos.

Na metodologia, serão referidos, mais detalhadamente, os objetivos do estudo empírico realizado no âmbito desta dissertação, o método de recolha de dados utilizado (população, amostra, instrumento de recolha dos dados e técnicas de amostragem utilizadas), bem como o método de análise e tratamento dos dados em questão.

O capítulo seis desta investigação pretende analisar e discutir os resultados obtidos no estudo empírico, começando por fazer uma caracterização geral da amostra em termos sociodemográficos, seguida da identificação dos principais construtos teóricos analisados (motivações, benefícios procurados, constrangimentos, benefícios obtidos, atividades praticadas, bem como atividades desejadas) e, por último, uma comparação entre os três grupos de incapacidades selecionados para este projeto, tendo em conta os construtos teóricos referidos, assim como algumas características sociodemográficas.

Este projeto será finalizado com uma conclusão, que visa fazer conclusões importantes sobre os assuntos analisados. Seguem-se os contributos e sugestões, referindo também as principais dificuldades e limitações encontradas. Além disso, vamos verificar se os objetivos propostos inicialmente foram ou não alcançados e, por último, serão feitas várias sugestões para investigações futuras sobre o turismo acessível.

Capítulo II – O Turismo Acessível

2.1. Introdução

Este segundo capítulo visa uma melhor compreensão da importância que o turismo acessível representa nos destinos turísticos. Especificamente, pretende-se fazer uma breve contextualização temporal deste termo, seguida de uma análise do perfil e da diversidade de pessoas que procuram este tipo de turismo, bem como uma explicação da sua relevância económica para os agentes da oferta turística e para os destinos.

Este capítulo está estruturado em quatro pontos, referindo-se, em primeiro lugar, “as abordagens conceituais”, onde se fará, de forma breve, uma contextualização temporal e um enquadramento conceitual do turismo acessível. De seguida, o segundo ponto propõe-se caracterizar a procura neste mercado, identificando o seu perfil e o seu comportamento de viagem. Posteriormente, no terceiro ponto, explicar-se-á a relevância do turismo acessível do ponto de vista económico para os destinos turísticos, bem como para os agentes do planeamento e do desenvolvimento da oferta turística, com a apresentação de um estudo com dados relevantes que realçam a influência do efeito multiplicador dos acompanhantes das pessoas com incapacidade no aumento das receitas para os destinos turísticos. Este segundo capítulo termina com uma síntese conclusiva dos aspetos mais importantes de cada um dos pontos mencionados.

2.2. Abordagens conceituais

A primeira vez que os termos “turismo” e “acessibilidade” surgiram associados foi em 1980, concretamente em Manila, numa conferência da Organização Mundial do Turismo (OMT) (Moura, 2014; Pérez & Velasco, 2003). Esta declaração realçou o papel fundamental do turismo no desenvolvimento humano e na melhoria da qualidade de vida de todos (Guerra, 2003; Pérez et al., 2003). Contudo, só nove anos depois, em 1989, surge a primeira referência ao conceito “turismo acessível” (Casas, 2004; Guerra, 2003; Pérez et al., 2003).

O turismo acessível é uma área emergente da investigação científica em turismo e, portanto, há ainda pouco consenso nas abordagens conceituais utilizadas (Darcy & Buhalis,

2011; Devile et al., 2011). Os estudos desenvolvidos têm vindo a adotar diferentes definições conforme as perspetivas de investigação em causa (Alén, Domínguez & Losada, 2012; Domínguez, Fraiz & Alén, 2013), tendo só muito recentemente havido um esforço no sentido de concetualizar o turismo acessível como área de investigação (Devile et al., 2011; Devile, 2014). Posto isto, de acordo com Devile (2009a), o conceito de “turismo acessível”, também designado de “turismo para todos”, reconhece que

qualquer pessoa deve poder usar os equipamentos e serviços turísticos e que é necessário proporcionar uma oferta de serviços e atividades orientada para os gostos e preferências de pessoas que tenham um conjunto de limitações a que podem corresponder necessidades e exigências diferentes de outros segmentos da procura (pp. 9-10).

Por outro lado, Darcy et al. (2011) propõem uma definição mais integradora e transversal a várias dimensões de acesso, ao entenderem o turismo acessível como

uma forma de turismo que envolve um processo colaborativo entre os stakeholders, permitindo às pessoas com diferentes requisitos de acesso funcionar de forma independente, com equidade e dignidade através da oferta de produtos, serviços e ambientes baseados nos princípios de desenho universal (p. 10).

As definições de turismo acessível defendidas por Darcy et al. (2011) e por Devile (2009a) têm uma ideia em comum. De facto, ambas realçam a importância do desenvolvimento de produtos turísticos que vão ao encontro das necessidades das pessoas com incapacidades permanentes (sensoriais e motoras). No entanto, uma vez que aborda aspetos como a necessidade de haver um trabalho colaborativo e interdisciplinar (isto é, afeto a várias áreas de atividade, nomeadamente o turismo) e a importância do desenvolvimento de produtos turísticos baseados no princípio do desenho universal, ou seja, que promovem uma maior inclusão social das pessoas com incapacidades, a definição de Darcy et al. (2011) é a mais completa e, por isso, vai ser utilizada como referência ao longo deste projeto.

2.3. O turismo acessível do ponto de vista da procura

O turismo acessível é considerado por muitos investigadores como um segmento da procura por parte de pessoas com necessidades específicas e diferentes das da restante população. Alguns autores realçam o fato de as pessoas com incapacidade representarem um segmento de mercado de grande relevância para o turismo, tendo em conta o envelhecimento da população, acompanhado naturalmente de uma tendência para o

aumento do número de complicações e necessidades especiais (Cole et al., 2010; Darcy et al., 2011; Devile, 2007; Uhlenberg, 2009).

Apesar de ser encarado como um mercado com grande relevância para os destinos e para os agentes da oferta, o turismo acessível ainda continua a ser visto por muitas pessoas como um nicho de mercado, cujos indivíduos partilham as mesmas características (Devile, 2009b).

Vários investigadores referem que a maioria das pessoas tende a tratar de forma errada as pessoas com incapacidades, como se se tratassem de um grupo com características homogêneas (Daruwalla & Darcy, 2005; Lindon, Lendrevie, Lévy, Dionísio & Rodrigues, 2004). Pelo contrário, deve ter-se em mente que a procura turística do turismo acessível é constituída por pessoas seniores, pessoas com deficiências (motoras, sensoriais, intelectuais e multideficiência), sejam elas temporárias ou permanentes, grávidas, obesos, famílias com crianças pequenas, turistas com bagagens, bem como pessoas com dificuldades linguísticas (Buhalis et al., 2005; Burns, Paterson & Watson, 2009; Devile, 2009a; Devile et al., 2012; Montes et al., 2009; Neumann et al., 2004; Papamichail, 2012). A Organização Mundial do Turismo (2005) e o Instituto Nacional para a Reabilitação, I.P. (2010) vão mais além, referindo que as pessoas com alergias agudas também integram a procura pelo turismo acessível.

Neste sentido, Devile (2009b) defende que

“turismo acessível” é sinónimo de “turismo para todos”, não deve ser associado a um turismo de nicho, em que se procura responder a motivações turísticas específicas, associadas frequentemente a escolhas turísticas alternativas. Mais do que dar resposta a um grupo reduzido de necessidades e motivações turísticas, o desenvolvimento de destinos turísticos acessíveis pressupõe uma diferenciação baseada na inclusão social e na aplicação do conceito de “Desenho Universal” (p. 392).

No que concerne ao perfil deste segmento, Neumann et al. (2004) consideram que a maioria dos visitantes deste segmento de mercado se encontra numa faixa etária acima dos sessenta anos, algo que é corroborado pela Comissão Europeia (2014), que afirma que, em 2014, existiam cerca de 138,6 milhões de pessoas com necessidades especiais na União Europeia, das quais 35,9% eram pessoas com deficiência com idade entre os quinze e os 64 anos, ao passo que 64,1% eram idosos com 65 anos ou mais.

Em termos de rendimentos, vários investigadores realçam o fato de as pessoas adultas com incapacidades em situação ativa perante o trabalho auferirem, em média, menos 37% do que os indivíduos ditos “normais”, isto tendo em conta as mesmas características

demográficas e as mesmas habilitações literárias (Schleien, Ray & Humphrey, 1988; Yin, Shaewitz, Overton & Smith, 2018). Na mesma linha, a Oregon Health & Science University (OHSU) (2016) verificou que, em 2015, um indivíduo dito “normal” residente no estado de Oregon (pertencente ao Estados Unidos da América) auferiu, em média, por ano, mais de 44 385,26 euros (exclusive), um valor bastante superior aos valores compreendidos entre 13 315,58 euros (inclusive) e os 22 192,63 euros (exclusive) auferidos, em média, por ano, por uma pessoa com incapacidades.

Por outro lado, os rendimentos discricionários, de acordo com Yin et al. (2018), podem definir-se como o dinheiro remanescente após a dedução de taxas, impostos e outros gastos em itens essenciais. Este tipo de rendimento, para além dos bens de primeira necessidade, que são vitais para a nossa sobrevivência, nomeadamente comida, água, luz, roupa e a prestação da casa, engloba também elementos ligados ao entretenimento, como jantar fora e viajar. Ora, no ano de 2014, uma pessoa dita “normal” auferiu, em média, 22 435 euros, um valor bastante superior aos 15 383 euros associados a um indivíduo com incapacidade (Yin et al., 2018).

Concretamente, ainda em 2014, uma pessoa com dificuldades auditivas foi a que apresentou, em média, rendimentos discricionários mais elevados (22 740 euros), em comparação a um indivíduo com dificuldades visuais (19 000 euros), bem como face a uma pessoa com incapacidade motora (11 061 euros) (Yin et al., 2018).

No total, em 2014, as pessoas ditas “normais” auferiram 513 mil milhões de euros, um valor muito superior aos cerca de 19 mil milhões de euros que representaram as pessoas com incapacidades (Yin et al., 2018). Neste sentido, deve dar-se destaque ao fato de as pessoas com incapacidades auditivas terem apresentado, nesse ano, rendimentos discricionários mais elevados (8 mil milhões de euros), em comparação aos grupos de dificuldades motoras e visuais juntos (cerca de 6.2 mil milhões de euros).

No que diz respeito ao seu comportamento de viagem, os cidadãos com incapacidades preferem a designada época baixa, isto é, períodos em que se registam menos fluxos turísticos, não só por razões económicas, mas porque, regra geral, não se encontram condicionados por constrangimentos, como as interrupções escolares (Burnett & Baker, 2001; Figueiredo, Eusébio & Kastenholz, 2012). Além disso, viajam com maior frequência acompanhados, em comparação à restante população, preferindo viagens domésticas, ou

seja, que se realizam dentro do próprio país (Comissão Europeia, 2014; Figueiredo et al., 2012; Hartikka, 2014; Neumann et al., 2004; Shaw & Coles, 2004).

Já em relação às habilitações literárias das pessoas adultas norte-americanas com incapacidades em situação ativa perante o trabalho, investigadores argumentam que apenas 10% destes indivíduos possuía, em 2011, uma licenciatura ou um grau académico superior, um valor bastante inferior aos mais de 25% que caracterizavam a população adulta dita “normal”, também na mesma condição perante o trabalho (Yin et al., 2018).

Por outro lado, Figueiredo et al. (2012) verificaram que a maior parte dos elementos da amostra do seu estudo apresentava habilitações académicas baixas (isto é, no máximo, o 3º Ciclo do Ensino Básico). No entanto, outras investigações afirmaram o contrário, isto é, as pessoas com incapacidades apresentavam na sua grande maioria, pelo menos, o Ensino Secundário completo (12º ano completo) (Australian Sports Commission & University of Technology, Sydney, 2011; Chikuta et al., 2017; Moura, 2014; OHSU, 2016).

Relativamente ao estado civil das pessoas com incapacidades residentes no estado de Oregon (EUA), a generalidade da população era casada ou encontrava-se em união de facto (47,6%), 23,3% estava divorciada, 11,8% eram viúvos, sendo que os remanescentes 17,3% correspondiam a pessoas solteiras, que nunca casaram (OHSU, 2016). Estes resultados corroboram outros autores, que constataram que a maior parte dos elementos das suas amostras era casada (Chikuta et al., 2017; Figueiredo et al., 2012; Moura, 2014).

Concretamente, no seio dos indivíduos com incapacidades entre os 18 e os 49 anos que residiam neste país, constatou-se que, em 2014, existiu um maior número de pessoas solteiras com incapacidades auditivas, comparativamente às que apresentavam incapacidades motoras e visuais (Cohen, 2014), o que contrasta com outros investigadores, que afirmaram que, pelo contrário, existiu um maior número de pessoas solteiras com incapacidades motoras (Figueiredo et al., 2012; Moura, 2014).

Em termos de situação perante o trabalho, em 2015, a maior parte dos cidadãos com incapacidades residentes no estado de Oregon estava fora do mercado de trabalho (OHSU, 2016). Neste grupo populacional, referem-se os estudantes, os reformados e os trabalhadores domésticos, que representavam, nesse ano, 38,9% do total de pessoas residentes no estado mencionado. Segue-se o grupo que estava empregado (25.9%), o grupo que não tinha condições para trabalhar (26.4%), bem como o grupo que se encontrava desempregado (8.9%) (OHSU, 2016).

Os resultados apresentados pela OHSU (2016) relativamente à situação perante o trabalho das pessoas com incapacidades distanciam-se de alguns investigadores, que constataram que a grande maioria destas pessoas estava empregada (Chikuta et al., 2017; Moura (2014). Já outros verificaram que, em 2012, a maior parte destas pessoas estava desempregada (Figueiredo et al., 2012).

2.4. Importância económica do turismo acessível

É grande o potencial económico associado ao turismo acessível, tendo em conta que as pessoas com incapacidade geralmente não costumam viajar sozinhas (Buhalis et al., 2005; Smith, Amorim & Soares, 2013). Assim, como estes turistas tendem a viajar acompanhados, o número de hóspedes pode aumentar significativamente, devido ao efeito multiplicador gerado, criando mais receitas para os destinos. Neste âmbito, estima-se que mais de 80% dos turistas com mobilidade reduzida viajam com familiares e/ou amigos (Buhalis et al., 2005).

Por outro lado, é de frisar que as pessoas com incapacidades têm condições para viajar durante todo o ano, o que contribui para a redução da sazonalidade da procura turística nos destinos (OMT, 2013). Outro fator que merece destaque é o alto nível de fidelização destes turistas, que, quando satisfeitos, tendem a regressar àqueles destinos que lhes garantem a fruição de experiências turísticas seguras e sem barreiras (Buhalis et al., 2005). Vários autores associam também a este segmento da procura uma tendência para estadias de férias mais prolongadas em relação aos turistas ditos “normais”, o que contribui para incrementar as receitas nos destinos turísticos (Deville, 2007; Umbelino, Garcia, Amorim & Pinto, 2012).

Para reforçar a relevância económica do turismo acessível, segundo a Comissão Europeia (2012-2013), entre 2012 e 2013, um excursionista com necessidades especiais gastou, em média, cerca de oitenta euros nas suas viagens. No entanto, quando nos reportamos às viagens que necessitam de dormida, os gastos aumentaram, em média, para mais de cem euros por turista.

Concretamente, a nível doméstico (isto é, dentro do próprio país), um excursionista com incapacidade gastou, em média, 74,8 euros nas suas viagens (Comissão Europeia, 2012-2013). Se este excursionista viajou para fora do próprio país e para outro país da

União Europeia (ou seja, para o espaço intra-União Europeia), os gastos foram, em média, de 74,2 euros.

Já nas viagens que necessitam de dormida, a nível doméstico, um turista com incapacidade gastou, em média, 74,8 euros, tendo permanecido cerca de 6,8 dias no destino. Porém, se este turista viajou para fora do seu próprio país, gastou, em média, 102,3 euros, tendo permanecido 10,1 dias no destino (Comissão Europeia, 2012-2013).

No seio dos países da União Europeia, a Irlanda, Chipre, Suécia, Dinamarca, Finlândia, Alemanha, Itália, Portugal, Espanha e Grécia foram os países onde os excursionistas com incapacidades mais gastaram em turismo acessível (Comissão Europeia, 2012-2013).

Por outro lado, os turistas com incapacidades da Alemanha, Itália, Chipre, Irlanda, Portugal, Grécia e Espanha foram os que mais gastaram em viagens que necessitaram de pernoita num alojamento (Comissão Europeia, 2012-2013). Neste âmbito, deve destacar-se o fato de estes dados não diferenciarem os gastos por turista a nível doméstico, assim como os gastos por turista nas viagens para outros países da União Europeia.

Em termos de estada média, a França, o Chipre e a Irlanda foram os países onde os turistas com incapacidades mais tempo permaneceram nos destinos, a nível doméstico (Comissão Europeia, 2012-2013). Já no caso de as viagens terem sido realizadas para fora do país, a República Checa, Polónia, Eslováquia, Hungria e Bulgária foram os países onde as estadas médias foram mais elevadas (ver tabela 2.1).

Tabela 2.1. Estada média e duração média das viagens dos visitantes com incapacidades na União Europeia

	Pessoas com incapacidades			
	Excursionistas	Turistas		
Países	Despesa em viagens por pessoa (€)	Despesa diária em viagens por pessoa (€)	Duração média das viagens domésticas (dias)	Duração média das viagens para outros países da União Europeia (dias)
Alemanha	84 €	123,6 €	6,7 dias	9,6 dias
Chipre	91,9 €	117,6 €	7,1 dias	10,1 dias
Dinamarca	84,7 €	109 €	5,6 dias	10,3 dias
Eslováquia	40,8 €	54,1 €	6,8 dias	14 dias
Espanha	83,9 €	116,1 €	6,7 dias	9,8 dias
Finlândia	84,7 €	109 €	5,6 dias	10,3 dias
França	74 €	99,5 €	8,7 dias	9,2 dias
Grécia	83,9 €	116,1 €	6,7 dias	9,8 dias
Irlanda	91,9 €	117,6 €	7,1 dias	10,1 dias
Itália	84 €	123,6 €	6,7 dias	9,6 dias
Polónia	40,8 €	54,1 €	6,8 dias	14 dias
Portugal	83,9 €	116,1 €	6,7 dias	5,8 dias
República Checa	40,8 €	54,1 €	6,8 dias	14 dias
Suécia	84,7 €	109 €	5,6 dias	10,3 dias

Fonte: elaboração própria, com base na Comissão Europeia (2012-2013)

Outro dado de relevo apresentado pela Comissão Europeia (2012-2013) são os impactos económicos totais representados pelas pessoas com necessidades especiais. Deste modo, é possível concluir que, em termos de produto interno bruto, o turismo acessível teve, entre 2012 e 2013, um impacto económico total nos países da União Europeia na ordem dos 394,259 milhões de euros, dos quais 164 066 milhões de euros foram de contribuição direta, 140 540 milhões de euros foram de contribuição indireta, sendo que os restantes 89 653 milhões de euros estiveram ligados aos efeitos induzidos na economia destes países.

Na Alemanha, país da União Europeia que é considerado, atualmente, por muitos, como o mais próspero economicamente, Neumann et al. (2004) estimaram que os turistas com incapacidades residentes neste país contribuíam, em 2004, com cerca de 2,5 mil milhões de euros para a economia nacional. Se for tido em consideração o montante utilizado para passar férias por cada indivíduo com incapacidade, e o fato de viajarem quase sempre acompanhados, o retorno anual com turistas alemães portadores de incapacidade poderá atingir os 4,8 mil milhões de euros num ambiente turístico acessível (Neumann et al., 2004).

2.5. Conclusão

O turismo acessível é uma área relativamente nova da investigação em turismo que necessita, efetivamente, de mais estudos que permitam identificar o perfil e as necessidades das pessoas com incapacidades (Darcy et al., 2011; Devile et al., 2011).

Existe, de facto, uma diversidade de pessoas com incapacidades que apresentam necessidades e motivações muito heterogéneas (Buhalis et al., 2005; Devile, 2009a; Devile et al., 2012; Montes et al., 2009; Neumann et al., 2004; OMT, 2005; Papamichail, 2012). Como tal, este público-alvo requiere uma atenção mais cuidada e especializada, nomeadamente de profissionais ligados ao turismo.

Quanto ao seu perfil, as pessoas com incapacidades pertencem a estratos etários avançados, com rendimentos auferidos muito inferiores aos das pessoas ditas “normais” (Comissão Europeia, 2014; Neumann et al., 2004; Schleien et al., 1988; Yin et al., 2018). Neste universo, as pessoas que apresentam incapacidades auditivas possuem rendimentos superiores aos restantes grupos de incapacidades (motoras e visuais) (Yin et al., 2018).

Capítulo III – O Mercado do Turismo Acessível

3.1. Introdução

Este terceiro capítulo visa proporcionar uma melhor compreensão da dimensão associada ao mercado que procura o turismo acessível, no mundo, na Europa e em Portugal. Neste sentido, o referido capítulo introduz os conceitos de “deficiência” e de “incapacidade”, procurando explicar as diferenças que existem entre si e evidenciando também a mudança de paradigma que se tem verificado ao longo dos últimos anos em torno do significado destes termos.

3.2. As pessoas com incapacidade no mundo, na Europa e em Portugal

Em todo o mundo, de acordo com a Organização Mundial de Saúde (2011), existiam, em 2010, aproximadamente 785 milhões de pessoas (o que corresponde, em percentagem, a 15,6% da população mundial) com quinze anos ou mais a viver com alguma forma de incapacidade, ao passo que a Global Burden of Disease (2016) estimou que este valor, nesse mesmo ano, se encontrava na ordem dos 975 milhões de pessoas (o equivalente, em percentagem, a 19,4% da população mundial). Este organismo referiu ainda que, em 2010, existiam cerca de 95 milhões de crianças com idades até aos quatorze anos, que possuíam algum tipo de incapacidade.

Passados alguns anos, em 2013, existiam, no mundo, cerca de mil milhões de pessoas com incapacidade, o que corresponde a constatar que aproximadamente 15% da população mundial era, nesse ano, portadora de algum tipo de complicação física, mental ou sensorial (OMT, 2013). Em 2060, estima-se que esta percentagem aumente para cerca de 35%, o equivalente a cerca de 3.6 mil milhões de pessoas (OMT, 2013).

Ao nível da União Europeia, existiam, em 2011, 138 603 milhões de pessoas entre os quinze e os 64 anos com necessidades de acesso na União Europeia, das quais 49 825 milhões eram portadoras de algum tipo de incapacidade, o correspondente a 35,9% do total de residentes nos países na União Europeia (Comissão Europeia, 2012-2013).

Concretamente, no seio dos países que fazem parte da União Europeia, o Reino Unido, a França e a Alemanha foram, em 2011, os países com uma maior representatividade de pessoas com incapacidades (Comissão Europeia, 2012-2013). Em oposição, Malta destaca-se por ter sido o país da UE com um menor número de indivíduos com incapacidades (ver tabela 3.1).

Tabela 3.1. Número e percentagem de pessoas (15-64 anos) com incapacidades na União Europeia (2011)

	Nº de pessoas (15-64 anos) com incapacidades na União Europeia (2011) (em milhões)	População (15-64 anos) com incapacidades na União Europeia (2011) (em percentagem)
País		
Reino Unido	11.219	22,5%
França	10.394	21%
Alemanha	4.534	9,1%
Polónia	3.334	6,7%
Holanda	2.829	5,7%
Espanha	2.726	5,5%
Itália	2.621	5,3%
República Checa	1.506	3,0%
Portugal	1.454	2,9%
Bélgica	1.327	2,7%
Suécia	1.258	2,5%
Finlândia	1.141	2,3%
Roménia	866	1,7%
Grécia	776	1,6%
Hungria	780	1,6%
Áustria	729	1,5%
Dinamarca	724	1,4%
Luxemburgo	41	0,8%
Irlanda	364	0,7%
Eslováquia	325	0,6%
Eslovénia	277	0,6%
Lituânia	260	0,5%
Chipre	96	0,2%
Estónia	79	0,2%
Letónia	84	0,2%
Bulgária	64	0,1%
Malta	18	0,04%
União Europeia	49.825	100%

Fonte: elaboração própria, com base na Comissão Europeia (2012-2013)

Em Portugal, segundo os últimos censos que datam de 2011, existiam cerca de 1.4 milhões de pessoas (17,8% da população portuguesa) com idades entre os quinze e os 64 anos com dificuldades em pelo menos uma das seguintes atividades, nomeadamente dificuldade em ver, dificuldade em ouvir, dificuldade de memória ou concentração, dificuldade em tomar banho ou vestir-se sozinho, bem como dificuldade em compreender os outros ou fazer-se compreender (Instituto Nacional de Estatística, 2012).

A forma de estruturação dos dados apresentados, em 2011, pelo INE (2012) difere da forma de organização dos dados apresentados pelo mesmo organismo em 2001. Na verdade, estamos perante uma mudança de paradigma, que privilegia a incapacidade como um termo mais global e mais inclusivo, que contempla a interação dinâmica entre o indivíduo e os fatores contextuais, ao invés de se centrar na deficiência como uma anomalia intrínseca ao próprio ser humano (Devile, 2014). Porém, os dados da última versão dos censos portugueses falam em dificuldades em realizar, pelo menos, uma atividade, não permitindo assim quantificar o número de pessoas com deficiência em Portugal.

Através da análise da tabela 3.2, podemos constatar que, em 2011, a população portuguesa reportou ter sentido mais dificuldades em ver, bem como em andar ou subir degraus, ao passo que as dificuldades em tomar banho ou vestir-se sozinho foram referidas por um menor número de pessoas (INE, 2012). Em suma, quanto maior for o escalão etário, maior a tendência para o desenvolvimento de complicações de natureza variada (Cole et al., 2010; Uhlenberg, 2009).

Tabela 3.2. População portuguesa com incapacidades (2011)

	Tipo de incapacidade					
	Dificuldade em ver	Dificuldade em ouvir	Dificuldade em andar ou subir degraus	Dificuldade de memória ou concentração	Dificuldade em tomar banho ou vestir-se sozinho	Dificuldade em compreender os outros ou fazer-se compreender
Escalão etário (anos)						
15-19	11 998	2 897	3 662	11 199	3 371	6 368
20-24	12 493	3 251	4 943	9 500	3 912	6 444
25-29	14 553	4 371	6 341	11 277	4 690	7 615
30-34	19 038	6 449	9 621	14 665	5 909	9 577
35-39	22 663	8 846	13 422	18 653	6 933	11 720
40-44	28 851	11 172	18 071	22 160	7 527	13 181
45-49	51 717	16 139	28 280	28 006	9 360	15 329
50-54	70 798	22 634	43 943	34 272	12 362	17 399
55-59	79 111	30 881	63 386	41 012	16 665	19 825
60-64	81 948	39 681	81 801	46 172	22 108	22 571
Total	393 170	146 321	273 470	236 916	92 837	130 029
Percentagem (face ao total de pessoas com incapacidade)	30,9%	11,5%	21,5%	18,6%	7,3%	10,2%

Fonte: elaboração própria, com base no INE (2012)

Dentro do mercado que procura o turismo acessível, o grupo das pessoas com incapacidade apresenta necessidades, motivações e comportamentos em viagem específicos, que necessitam de ser analisados com detalhe. Neste contexto, nesta dissertação, este é o segmento do mercado de turismo acessível que irá ser objeto de análise. Por este motivo, na seção seguinte, serão apresentados alguns conceitos relevantes para um melhor conhecimento das pessoas com incapacidades.

3.3. O modelo médico, o modelo social e o modelo biopsicossocial

A sociedade em que vivemos tem experienciado uma mudança de paradigma no que concerne à forma de encarar a deficiência. O modelo que vigorou durante muito tempo foi o modelo médico, conhecido por encarar a deficiência como uma doença, que necessita de um acompanhamento médico contínuo (Ministério do Trabalho e da Solidariedade Social, 2006) e de esforços por parte de profissionais médicos no sentido de procurar encontrar

uma possível cura para o efeito (Harris & Enfield, 2003). Assim sendo, de acordo com esta visão, a deficiência em si é encarada como um atributo intrínseco do próprio indivíduo, que é a causa da incapacidade. A partir daqui, fica claro desde já que é a pessoa com deficiência que se tem de adaptar ao meio que o rodeia (Organização Mundial de Saúde, 2011). Neste sentido, são apontadas críticas ao modelo médico. Em primeiro lugar, os profissionais médicos preocupam-se demasiado em procurar uma cura para uma doença, que, de facto, pode não existir, sujeitando desta forma o indivíduo a tratamentos geralmente dolorosos e que o privam da sua vida pessoal. Em segundo lugar, é o próprio indivíduo com incapacidade que se tem de adaptar ao meio que o rodeia (Kimberlin, 2009), um reflexo de uma sociedade preconceituosa.

Posteriormente, surgiu um segundo modelo, o denominado modelo social, que realça a influência negativa que a sociedade em geral exerce sobre o indivíduo com deficiência. Deste modo, a deficiência é encarada como um aspeto essencialmente político e social (OMS, 2011), visto que muitas das infraestruturas, transportes e outros serviços públicos não estão devidamente preparados para atender as necessidades deste segmento populacional. Fala-se, portanto, da existência de barreiras de natureza diversa que restringem ou dificultam a participação ativa das pessoas com deficiência na sociedade.

Assim, a causa para a incapacidade reside no próprio ambiente que rodeia o indivíduo, sendo que este ambiente é que se tem de adaptar e moldar perante o indivíduo em questão. Evidentemente que, quando falamos de ambiente, referimo-nos à sociedade e a todo um conjunto de elementos essenciais à vida atual do ser humano, nomeadamente os transportes e outros serviços públicos.

Porém, devemos também contemplar as relações sociais, bem como todos os constructos e crenças desenvolvidas pela comunidade em torno do conceito de deficiência, que, geralmente, conduzem à discriminação deste tipo de pessoas. Neste sentido, é vital que os nossos decisores políticos trabalhem com o objetivo de desenvolver leis que tenham efetivamente, como reflexo, a adaptação dos serviços públicos às especificidades de cada pessoa, não esquecendo, obviamente, a necessidade de uma mudança de mentalidade por parte da nossa sociedade, que tem sido muitas das vezes negligente e estigmatizante face às pessoas com deficiência, para uma sociedade mais tolerante e inclusiva, que reconheça que estas pessoas têm os mesmos direitos que as ditas “normais”.

Contudo, os indivíduos com incapacidades têm sido privados de muitas oportunidades, não por causa da falta de leis, mas porque, efetivamente, muitas das vezes essas mesmas leis não chegam a ser aplicadas para o bem das pessoas com incapacidades, em suma, para uma maior inclusão das mesmas na nossa sociedade.

Posto isto, é normal que o modelo social poderá ser considerado, à primeira vista, o modelo mais completo no que diz respeito à forma de perceber a deficiência. Por outro lado, é importante referir que o modelo médico e o modelo social não são mutuamente exclusivos. Neste sentido, estes devem procurar complementar-se um ao outro, visto que cada um deles tem pontos fortes, mas também pontos fracos.

A literatura tem revelado o aparecimento de novos quadros conceituais que elucidam melhor os termos “deficiência” e “incapacidade”. É o caso do modelo biopsicossocial, que é o resultado da evolução de modelos que o antecedem, de que são exemplos o modelo médico e o modelo social. Assim, o modelo biopsicossocial, como o próprio nome faz referência, integra uma visão holística de três elementos, nomeadamente o biológico, o individual e o social (OMS, 2004).

Embora tenha algumas semelhanças em relação a um dos seus antecessores, o modelo social, o modelo biopsicossocial entende que apenas incluir os fatores ambientais (que incluem uma sociedade discriminatória, os serviços públicos e a falta de aplicação de leis inclusivas) como o único determinante da incapacidade é, de facto, muito limitativo. Em vez disso, este modelo procura também ter em conta aspetos de ordem biológica (como a própria condição física do indivíduo) e de ordem psicológica. Na realidade, muitas das vezes, por serem alvos de atitudes e comportamentos discriminatórios, estas pessoas com deficiência afastam-se da vida social e de tudo a que têm direito enquanto cidadãos (OMS, 2004).

Assim, o modelo biopsicossocial é, sem dúvida, um dos modelos que procura mais ativamente a construção de uma sociedade mais inclusiva e mais responsável do ponto de vista ético, sendo, ao mesmo tempo, um dos mais completos que aborda a questão da deficiência. Por tudo isto, este modelo vai ser uma referência ao longo deste projeto.

Com o modelo biopsicossocial, surge, em 2001, a Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF), aprovada pela Organização Mundial de Saúde, definindo a incapacidade como um termo amplo que engloba deficiências, limitações às atividades e também restrições à sua participação. Além disso, este novo

conceito apresenta a funcionalidade mais relacionada com a componente biológica, isto é, a estrutura e as funções do corpo do indivíduo, bem como a saúde, que se reflete no bem-estar físico e mental da pessoa (OMS, 2004).

A CIF apresenta duas componentes, cada uma dividida em dois domínios. Em primeiro lugar, salienta-se a componente da “Funcionalidade e da Incapacidade”, desdobrada em duas classificações, nomeadamente “o Corpo” e as “Atividades e Participação”.

O domínio do “Corpo” diz respeito às funções orgânicas e às estruturas do corpo. Neste sentido, é importante referir que as funções mentais ou psicológicas, sendo funções orgânicas, estão incluídas no ser humano enquanto um todo, por outras palavras, o “Corpo”.

Por outro lado, o domínio das “Atividades e Participação” contempla todos os aspetos da “Funcionalidade”, tanto na perspetiva individual como social. Deste modo, a “Funcionalidade” é um termo que engloba todas as funções do corpo, atividades e participação. Já a “Incapacidade” é um termo que inclui deficiências, limitação da atividade ou restrição na participação.

Em segundo lugar, a CIF apresenta-nos a segunda componente, os designados “Fatores Contextuais”, que estão relacionados com o historial de atividade do ser humano ao longo da sua vida, nomeadamente as suas ações e o seu estilo de vida. Estes fatores, por sua vez, encontram-se divididos em dois domínios, designadamente os “Fatores Ambientais” e os “Fatores Pessoais”.

Os “Fatores Ambientais” (que albergam o ambiente físico, social e atitudinal onde a sociedade humana vive) interagem com os domínios da primeira componente da CIF, a “Funcionalidade e a Incapacidade”, influenciando-os positiva ou negativamente. No entanto, a Organização Mundial de Saúde não nos apresenta uma definição em termos de fatores pessoais, por não existir uma definição consensual, fato explicado pela variação dos mesmos em termos socioculturais.

Em suma, a funcionalidade e a incapacidade de uma pessoa são concebidas como uma interação dinâmica entre os estados de saúde (doenças, perturbações, lesões, traumas, etc.) e os fatores contextuais (tabela 3.3).

Tabela 3.3. Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (2001)

Componentes	Funcionalidade e Incapacidade	Fatores contextuais
Domínios	1. Corpo 2. Atividades e participação	1. Fatores ambientais 2. Fatores pessoais

Fonte: elaboração própria, com base na OMS (2011)

3.4. Enquadramento do conceito de incapacidade

De acordo com a Perfil (2010) e a Organização Mundial de Saúde (2011), a pessoa com incapacidade é a que, em resultado da conjugação de uma anomalia ou perda de funções ou estruturas do seu corpo, vê a sua participação limitada por barreiras arquitetónicas, mentais e legislativas, geralmente criadas pela sociedade em que vive, isto no que diz respeito ao acesso e usufruto de serviços sociais, económicos e culturais, de que são exemplo as viagens, o alojamento e outros elementos turísticos.

Existem quatro tipos de incapacidades, sendo que estas podem ser de carácter temporário ou permanente (OMS, 2011; Perfil, 2010). Assim, a incapacidade motora é o resultado de alterações morfológicas do esqueleto, dos seus membros, das articulações e dos tecidos musculares, ou até mesmo o resultado de alterações associadas ao sistema nervoso, que dificultam ou impossibilitam a execução de uma ou várias atividades no quotidiano. Esta tipologia pode assumir a forma de monoplegia (paralisia de um membro do corpo), hemiplegia (paralisia de metade do corpo), paraplegia (paralisia da cintura para baixo), tetraplegia (paralisia do pescoço para baixo), assumindo também a condição de amputado (falta de um membro do corpo) (OMS, 2011; Perfil, 2010).

Por outro lado, “é considerado surdo todo o individuo cuja audição não é funcional no dia-a-dia e considerado parcialmente surdo todo aquele cuja capacidade de ouvir, ainda que deficiente, é funcional com ou sem prótese auditiva” (Perfil, 2010, p. 75). A incapacidade auditiva define-se assim, de forma resumida, na perda total ou parcial da capacidade de ouvir, de interpretar e de distinguir os diferentes sons.

Neste contexto, é importante salientar que existem diferenças entre a surdez e a incapacidade auditiva. Assim, a surdez, tendo origem congénita, refere-se ao indivíduo que já nasce surdo, ou seja, sem capacidade para ouvir qualquer som (OMS, 2011). Já a

incapacidade auditiva é adquirida, isto é, o indivíduo nasce com audição perfeita, no entanto, em virtude de lesões ou doenças, perde essa capacidade de ouvir em pleno, sendo obrigada, a partir daí, a aprender a comunicar através de outras formas, de entre as quais se insere a Língua Gestual Portuguesa.

Quanto aos níveis de classificação, a incapacidade auditiva (em decibéis) pode ser (por ordem crescente) “leve” (entre vinte e quarenta decibéis), “média” (entre quarenta e setenta decibéis), “severa” (entre setenta e noventa decibéis) e “profunda” (mais de noventa decibéis) (OMS, 2011; Perfil, 2010).

A incapacidade visual define-se como “a perda ou redução da capacidade visual em ambos os olhos, com caráter definitivo, não sendo suscetível de ser melhorada ou corrigida com o uso de lentes e/ou tratamento clínico ou cirúrgico” (Perfil, 2010, p. 49). Esta tipologia de incapacidade pode assumir a forma de cegueira, que consiste na “ausência total de visão até à perda da capacidade de indicar projeção de luz” (p. 49), bem como a forma de baixa visão (ou ambliopia), “condição que vai desde a capacidade de indicar projeção da luz até à redução da acuidade visual” (p. 49), de tal forma que exige um atendimento especializado, nomeadamente de um profissional do turismo (OMS, 2011).

Por outras palavras, os cegos são pessoas que não conseguem realizar tarefas básicas para a maioria das pessoas, como ler e escrever, ao passo que os amblíopes (ou pessoas de baixa visão) são capazes de ler, embora com dificuldade, sendo necessário aumentar o tamanho da letra para facilitar a sua leitura (OMS, 2011). Quanto às classificações, a Perfil (2010) defende que a cegueira está associada a uma acuidade visual inferior a 20/200.

A incapacidade mental, por sua vez, está associada a limitações do foro cognitivo, que se repercutem em dificuldades em realizar diversas atividades do quotidiano, designadamente ligadas à aprendizagem, na compreensão da linguagem, na orientação em termos espaciais e temporais, nas tomadas de decisão, bem como ligadas às relações interpessoais (OMS, 2011; Perfil, 2010).

Quanto às classificações, a incapacidade mental, à semelhança da incapacidade auditiva, pode assumir quatro níveis, nomeadamente (por ordem decrescente) a incapacidade mental profunda (com um Quociente de Inteligência igual ou inferior a 24), incapacidade mental grave ou severa (com um QI de 25 a 39), incapacidade mental moderada ou média (QI entre 40 e 54), bem como a incapacidade mental leve ou ligeira (QI de 55 a 70) (OMS, 2011; Perfil, 2010).

Na ótica de vários investigadores, um indivíduo com multi-incapacidade possui limitações acentuadas no domínio cognitivo, a que se associam limitações do foro sensorial, ou do foro motor (Amaral & Nunes, 2008; Contreras & Valencia, 1997; OMS, 2011; Orelove & Sobsey, 2000; Perfil, 2010). Estes indivíduos requerem, por isso, cuidados de saúde permanentes e especializados (ver tabela 3.4).

Tabela 3.4. Tipologias de incapacidade existentes

Incapacidade	Causas associadas
<u>Auditiva</u>	<ul style="list-style-type: none"> - Acidentes com objetos - Diabetes - Hipertensão arterial - Infecções (ex: Rubéola em grávidas) - Meningite - Poluição sonora - Sarampo - Traumatismos
<u>Mental</u>	<ul style="list-style-type: none"> - Alterações cromossômicas (ex: Síndrome de Down); - Condições orgânicas (ex: hemorragias e doenças neuro-metabólicas); - Desnutrição - Problemas durante e pós-parto - Problemas de saúde na infância (ex: sarampo, meningite) - Traumatismos
<u>Motora</u>	<ul style="list-style-type: none"> - Acidentes de trabalho - Acidentes de trânsito - Desnutrição - Distrofia muscular - Erros médicos - Espinha bífida - Meningite - Paralisia cerebral - Problemas durante o parto (origem congénita) - Traumatismos - Violência
<u>Multi-incapacidade</u>	<ul style="list-style-type: none"> - Anoxia (falta prolongada de oxigénio no feto durante o processo de nascimento) - Encefalite - Fenilcetonúria (lesão no cérebro da criança com graves sequelas neurológicas e mentais) - Medicamentos como talidomida (usado como sedativo) - Meningite - Translocação de pares de cromossomas no nascimento
<u>Visual</u>	<ul style="list-style-type: none"> - Acidentes de trabalho - Cataratas (visão distorcida/turva do olho) - Causas hereditárias (ex: Retinite pigmentosa) - Diabetes - Ferimentos nos olhos com objetos - Glaucoma (aumento da pressão ocular, danificando o nervo ótico) - Hipertensão arterial - Má nutrição - Tumores

Fonte: elaboração própria, com base em Amaral et al. (2008), Contreras et al. (1997), OMS (2011), Orelove et al. (2000) e Perfil (2010)

3.4. Conclusão

Portugal está a vivenciar, efetivamente, um envelhecimento da sua população, realidade, que é comum tanto na Europa, tanto no resto do Mundo (Devile et al., 2012; Perfil, 2010; Eurostat, 2014). Com o natural processo de envelhecimento, haverá uma grande tendência para o desenvolvimento de complicações e de necessidades especiais (Cole et al., 2010; Uhlenberg, 2009).

De acordo com a Perfil (2010) e a Organização Mundial de Saúde (2011), existem quatro tipos de deficiências, nomeadamente a deficiência motora (que se ramifica em paraplegia, hemiplegia, tetraplegia, monoplegia e amputação), a deficiência visual (que contempla as designações de baixa visão/ambliopia e a cegueira total), a deficiência auditiva (que engloba a surdez, bem como a baixa audição/dificuldade na audição), dividida em quatro níveis, designadamente a leve, média, severa e a profunda. Por fim, menciona-se a deficiência intelectual (apresentando os mesmos quatro níveis que a deficiência auditiva).

O modelo biopsicossocial, sendo o mais completo que aborda o tema das incapacidades, é o modelo de excelência e de referência utilizado neste projeto. Ele é, portanto, o resultado da evolução de outros que o antecedem, nomeadamente o modelo médico e o modelo social. Deste modo, o modelo biopsicossocial, para além de contemplar os fatores ambientais, alberga aspetos associados à própria condição biológica do ser humano (a condição física do indivíduo, por exemplo), assim como aspetos do trato psicológico. Na realidade, as pessoas com incapacidades, por serem alvo de atitudes e comportamentos discriminatórios da sociedade, tendem, muitas vezes, a afastar-se da vida social e de tudo a que têm direito enquanto cidadãos (OMS, 2004).

No próximo capítulo, vai ser abordada a relação entre o turismo de natureza e as pessoas portadores de incapacidades.

Capítulo IV – As Atividades de Turismo de Natureza

4.1. Introdução

Este capítulo visa proporcionar um melhor conhecimento do turismo de natureza. Com efeito, pretende-se analisar as várias definições que existem em torno deste tipo de turismo. Em segundo lugar, serão identificadas características em turismo de natureza propostas por investigadores. Em terceiro lugar, serão analisados dados económicos relevantes sobre este tipo de turismo. Em quarto lugar, este projeto propõe-se identificar a panóplia de atividades que se pode realizar em contacto com a natureza, mencionando, de seguida, tanto os fatores que influenciam as perceções pessoais dos visitantes sobre os benefícios obtidos na natureza, como os fatores que influenciam a sua prática de atividades no mesmo meio. Este ponto quatro termina com a identificação dos benefícios obtidos por estes indivíduos em atividades realizadas na natureza.

4.2. Enquadramento concetual do turismo de natureza

O turismo de natureza apresenta várias definições concetuais, que refletem as perspetivas dos diferentes investigadores. Neste contexto, surgem outros tipos de turismo associados ao turismo de natureza, nomeadamente o ecoturismo, o turismo de aventura e o turismo ativo (Bell et al., 2007; TIES, 2003).

Embora sejam termos semelhantes, existem claramente diferenças entre o ecoturismo e o turismo de natureza. Deste modo, o ecoturismo é descrito por muitos investigadores como um tipo de turismo sustentável do ponto de vista ambiental, social e económico (Bell et al., 2007; Buckley, 1994; Ceballos-Lascurian, 1998; CREST, 2015; Newsome, Moore & Dowling, 2002; Nyaupane, 2007; Silvennoinen & Tyrväinen, 2001; TIES, 2003; Wearing & Neil, 1999; Weaver, 2002).

Assim sendo, este tipo de turismo contribui, por um lado, para a preservação dos recursos naturais nos destinos. Por outro, contribui para a valorização do património cultural das comunidades locais, garantindo-lhes benefícios económicos (Bell et al., 2007; Buckley, 1994; Ceballos-Lascurian, 1998; CREST, 2015; Newsome et al., 2002;

Nyaupane, 2007; Silvennoinen et al., 2001; TIES, 2003; Wearing et al., 1999; Weaver, 2002).

A grande diferença entre o ecoturismo e o turismo de natureza reside na componente pedagógica que o ecoturismo possui. Na verdade, o ecoturismo educa os visitantes para a importância da adoção de comportamentos mais ecológicos, isto é, mais amigos do ambiente (Bell et al., 2007; Ceballos-Lascurian, 1993; Nyaupane, 2007; TIES, 2003; Wearing et al., 1999). Este tipo de turismo, efetivamente, “olha para o futuro”, contribuindo para que as gerações futuras possam continuar a desfrutar dos recursos naturais.

Já o turismo de natureza pode ser definido como um tipo de turismo que contém todas as formas de atividade turística onde os próprios ambientes relativamente intactos constituem a principal motivação de visitação dos turistas (Buckley, 2009; Newsome et al., 2002).

O turismo de natureza centra-se, essencialmente, no entretenimento do visitante, isto é, contribui para este tenha uma experiência memorável no destino (Bell et al., 2007; Nyaupane, 2007; TIES, 2003). Este tipo de turismo envolve então a realização de atividades recreativas e/ou de lazer.

Por outro lado, o turismo de aventura envolve a realização de atividades, tanto no interior de edifícios, como em contacto com a natureza, que desafiam os limites físicos e psicológicos dos visitantes (ATTA, 2013; Organização Mundial do Turismo, 2014; Sung, Morrison & O'Leary, 1996; Weiler & Hall, 1992). O entusiasmo pela exploração do desconhecido, aliado ao perigo associado a muitas destas atividades, são de facto catalisadores da realização de atividades de turismo de aventura (Weber, 2001).

Outro dos termos relacionados com o turismo de natureza é o turismo ativo. Este tipo de turismo pode definir-se como “todas as formas de envolvimento ativo ou passivo em atividades desportivas, participadas de maneira casual ou organizada, por razões comerciais ou não, em que seja necessário realizar uma viagem para fora do ambiente natural” (Standeven & De Knop, 1999, p. 34). O turismo ativo é, portanto, uma junção do desporto, da aventura e da natureza.

O turismo de natureza, o turismo de aventura, o turismo ativo e o ecoturismo são tipos de turismo que têm um aspeto em comum. Na verdade, para além de contemplarem a

realização de atividades recreativas e/ou de lazer em contacto com a natureza, contribuem também para a adoção de estilos de vida mais saudáveis por parte da nossa sociedade.

Este projeto encontra-se intimamente ligado ao turismo de natureza, turismo de aventura, turismo ativo, bem como ao ecoturismo, tendo em conta que um dos seus principais objetivos consiste em identificar as diferenças existentes entre os grupos de incapacidade, em termos de variáveis relacionadas com a prática de atividades na natureza. O foco deste projeto vai, assim, incidir no turismo de natureza.

A tabela 4.1 exibe algumas das definições mais conhecidas em torno do conceito de turismo de natureza.

Tabela 4.1. Definições de turismo de natureza

Autor	Definição
Buckley (2009)	Tipo de turismo que contém todas as formas de atividade turística onde os próprios ambientes relativamente intactos constituem a principal motivação de visitação dos turistas
Laarman & Durst (1987)	O turismo de natureza é um tipo de atividade turística que engloba a educação, a recreação e a aventura.
Lucas (1984)	O turismo de natureza consiste na observação da natureza e no usufruto dos seus recursos, com um baixo impacto ambiental e com benefícios sociais e económicos para os destinos.
McKercher, Packer, Yau & Lam (2003)	“O turismo de natureza engloba o ecoturismo, turismo de aventura, turismo educacional e uma multiplicidade de outros tipos de experiências proporcionadas pelo turismo ao ar livre e alternativo” (p. 17).
Newsome et al. (2002)	Tipo de turismo que contém todas as formas de atividade turística onde os próprios ambientes relativamente intactos e os seus recursos naturais constituem a principal motivação de visitação dos turistas
Silvennoinen et al. (2001)	Conjunto de atividades recreativas e/ou de lazer, que permitem o contacto dos visitantes com a natureza, envolvendo geralmente dormida.
Tourism Australia (2017)	O turismo de natureza tem como principal propósito o usufruto de atrações naturais e a prática de diversas atividades em contacto com a natureza
Valentine (1992)	“O usufruto direto de fenómenos da natureza relativamente intactos” (p. 108).

Fonte: Elaboração própria, com base em Buckley (2009), Laarman et al. (1987), Lucas (1984), McKercher et al. (2003), Newsome et al. (2002), Silvennoinen et al. (2001), Tourism Australia (2017) e Valentine (1992)

4.3. As características dos destinos de turismo de natureza

Na ótica de Valentine (1992), o turismo de natureza apresenta características estéticas, características relacionadas com a localização dos destinos turísticos, bem como características subjacentes à fragilidade destes destinos.

Em primeiro lugar, quando falamos de características estéticas, referimo-nos à contemplação da beleza das paisagens naturais e à qualidade de um conjunto de infraestruturas e de atrações destinadas a receber e a enriquecer as experiências dos visitantes, nomeadamente meios de alojamento, assim como parques e reservas naturais (Valentine, 1992).

Já quando abordamos a questão da localização, associamos, a este termo, o grau de acessibilidade geográfica dos visitantes em relação a toda uma panóplia de serviços, infraestruturas, bem como atrações turísticas (Valentine, 1992). Por último, a fragilidade dos destinos visitados encontra-se associada a assuntos como a sustentabilidade e a capacidade de carga destes destinos (Valentine, 1992).

Fredman et al. (2012), por outro lado, propuseram duas características para os destinos de turismo de natureza, nomeadamente a autenticidade e a acessibilidade física.

Deste modo, a autenticidade refere-se ao grau de pureza dos destinos visitados, isto é, ao seu estado selvagem, com pouca ou sem intervenção humana. Esta autenticidade depende muito das perceções de cada visitante, que são influenciadas pelas suas motivações e interesses (Fredman et al., 2012).

Na verdade, quando se faz uma viagem no âmbito do turismo de natureza, a singularidade e o carácter remoto dos destinos são aspetos que os visitantes consideram importantes. Porém, além de se poderem distanciar da civilização e das suas rotinas, estes visitantes desejam também um conjunto de serviços e de infraestruturas que satisfaçam as suas necessidades (Haukeland, Grue & Veisten, 2010; Komppula, 2006; Wall-Reinius, 2009; Wall-Reinius & Bäck, 2011, Wall-Reinius, 2012).

A acessibilidade física em relação aos destinos de turismo de natureza é outra das características apresentadas por Fredman et al. (2012). De facto, a acessibilidade em relação às áreas naturais é fundamental para que mais visitantes possam praticar atividades recreativas e/ou de lazer em harmonia com a natureza, desfrutando dos atrativos e recursos

existentes. Esta característica vai um pouco ao encontro da localização defendida por Valentine (1992).

Breiby (2015) também nos apresenta características dos destinos de turismo de natureza, sendo que algumas delas são comuns às características propostas por Fredman et al. (2012) e por Valentine (1992).

A característica estética surge assim como a primeira característica apresentada por Breiby (2015), justamente uma das características defendidas por Valentine (1992) e por Fredman et al. (2012). A segunda característica proposta por Breiby (2015) consiste no nível de limpeza que define as áreas naturais. Deste modo, no âmbito do desenvolvimento das suas atividades, é vital que os agentes turísticos procurem salvaguardar a autenticidade dos destinos, sensibilizando, ao mesmo tempo, os visitantes para a questão da sustentabilidade ambiental (conforme tabela 4.2).

Tabela 4.2. Características dos destinos de turismo de natureza

Caraterísticas	
1. Autenticidade	4. Localização
2. Estética	5. Nível de limpeza
3. Fragilidade	

Fonte: elaboração própria com base em Breiby (2015), Fredman et al. (2012) e Valentine (1992)

Sendo atualmente o turismo considerado um fenómeno de massas, que tem provocado muitos desequilíbrios nos destinos, urge a necessidade do desenvolvimento de um turismo alternativo, que saiba articular com equilíbrio as esferas ambiental, social e económica (Britton, 1980; Cox, 1985; Dowling & Fennell, 2003; Smith & Eadington, 1992).

Deste modo, pretende-se um turismo que seja capaz de satisfazer todos os stakeholders (designadamente as empresas ligadas a este setor de atividade económica, os decisores políticos, as comunidades locais e os visitantes), assegurando, ao mesmo tempo, a sustentabilidade dos territórios. Esta sustentabilidade, que muitas das vezes é associada à componente ambiental, deve também procurar ter em conta a manutenção da identidade das populações e dos postos de emprego das mesmas, em resumo, uma sustentabilidade ambiental, cultural e económica (Britton, 1980; Cox, 1985; Dowling et al., 2003; Smith et al., 1992).

Por outro lado, visto que as atividades de natureza podem ser realizadas durante todo o ano, isso poderá constituir um valioso contributo para a redução da sazonalidade da procura turística nos destinos, promovendo, desta forma, a geração de receitas e a criação de postos de emprego (diretos, indiretos e induzidos). Já quando falamos da questão da capacidade de carga de um destino, é necessária uma maior regulamentação por parte das entidades com poder político e legislativo, por forma a que seja feita uma seleção mais criteriosa dos visitantes nos territórios. Pretende-se, assim, que sejam recebidos visitantes preocupados e conscientes dos impactos que as suas atividades representam nos destinos.

Em suma, é vital a criação de uma cadeia de valor em turismo de natureza, que saiba atender de forma harmoniosa e bem-sucedida os interesses e necessidades de todas as partes envolvidas.

4.4. Importância económica do turismo de natureza

O turismo de natureza tem assumido um papel importante nas viagens domésticas e internacionais a nível mundial (Travel Industry Association of America & National Geographic Traveler, 2002; The International Ecotourism Society (TIES), 2003).

A Center for Responsible Travel (CREST) (2015) estima que, no período temporal compreendido entre 2015 e 2021, o turismo de natureza vai crescer, representando aproximadamente 25% do total das viagens em turismo a nível mundial. Isto corresponde, em termos monetários, a cerca de 400 mil milhões de euros por ano.

Concomitantemente, o crescimento da procura por atividades de turismo ativo em espaços naturais tem sido significativo nos últimos anos (Active Tourism Organization, 2002; CREST, 2015; Dóczy, 2009; Gibson, 1998; Nelson, 2002; Swarbrooke, Beard, Leckie & Pomfret, 2003).

De acordo com a Adventure Travel Trade Association e The George Washington University (2013), em 2012, o valor monetário associado às principais áreas geradoras de fluxos turísticos em termos de turismo de aventura, que são a América do Norte, a América do Sul e a Europa (só estas regiões representam cerca de 70 % dos mercados emissores em turismo de aventura), ficou estimado em cerca de 222 mil milhões de euros. Estamos perante um resultado impressionante, tendo em conta que, em 2010, o valor de mercado do turismo de aventura se situava na ordem dos 75,4 mil milhões de euros (ATTA, 2013).

Em termos percentuais, a importância económica do turismo de aventura cresceu a uma taxa média anual na ordem dos 65 %, entre 2009 e 2012 (ATTA, 2013). Este resultado expressivo deveu-se, em parte, ao crescimento global do número de turistas neste segmento provenientes da América do Norte, da América do Sul e da Europa, contabilizando 26,3 %, em 2009, para 41,9 % em 2012.

Já no que concerne aos gastos por viagem, em média, cada turista gastou, em 2012, cerca de 817 euros, um crescimento de aproximadamente 20 % face a 2009, período onde cada turista despendia por viagem, em média, cerca de 512 euros (ATTA, 2013).

Por outro lado, Ventura (2011) sublinha que o fluxo de ecoturistas, a nível mundial, aumentou 20% ao ano na última década. Em contrapartida, o turismo convencional apenas cresceu 7,5% no mesmo período temporal.

De acordo com o Plano Estratégico Nacional do Turismo [PENT] (2013), a nível europeu, prevê-se que o número de viagens de turismo de natureza atinja os 26,1 milhões, em 2020, com claro destaque para o mercado alemão como principal mercado emissor em 2010, que apresentava, neste ano, uma quota de mercado de 49%. Uma forte cultura de contacto com espaços verdes e o fato de grande parte da população alemã ser sénior e encarar a natureza como um meio propício para a prática de atividades recreativas e de lazer benéficas para a sua saúde e bem-estar, são elementos que justificaram a sua posição na figura 4.1.

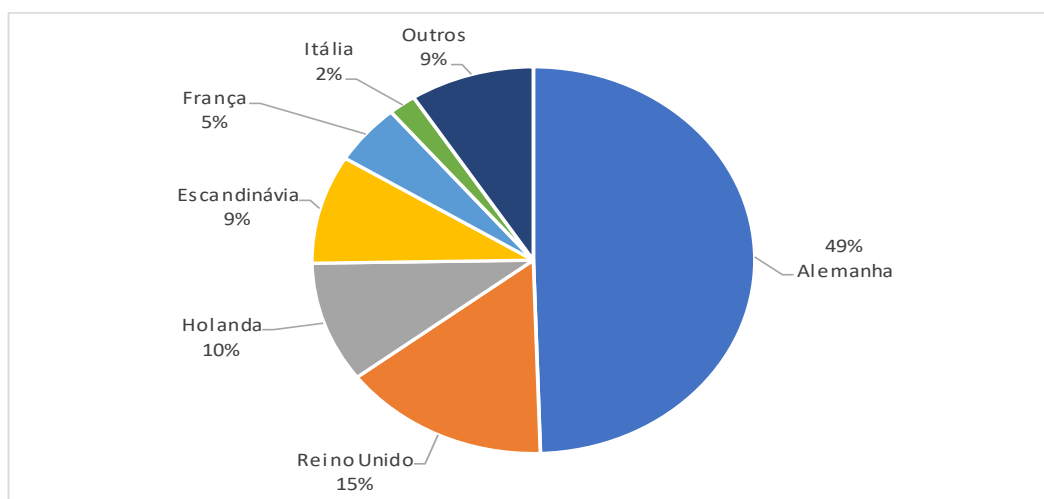


Figura 4.1. Quota de mercado em termos de viagens associada aos principais mercados emissores europeus em turismo de natureza (2010)

Fonte: Elaboração própria, com base no PENT (2013)

4.5. As atividades realizadas pelos turistas em contacto com a natureza

Na ótica da ATTA (2013), existem dois tipos de atividades em turismo de natureza, nomeadamente as atividades *soft* e as atividades *hard*. Em primeiro lugar, as atividades *soft* definem-se como dinâmicas com baixo esforço físico, albergando experiências como os percursos pedestres, a canoagem, o *birdwatching*, o ciclismo, a equitação e o *hiking*. Em média, em 2006, os gastos económicos efetuados por cada turista nestas atividades situaram-se por dia, entre os oitenta e os 250 euros (Turismo de Portugal, I.P., 2006).

Por outro lado, as atividades *hard* definem-se como dinâmicas que envolvem um maior esforço físico, de que são exemplo a escalada, o *trekking*, a espeleologia, o parapente e o rappel (ATTA, 2013; Hudson, 2003; Neirotti, 2003; Pena Aventura, 2018; State of Victoria, 2017). Em média, em 2006, cada turista despendeu por dia, valores compreendidos entre os 132 euros e os 169 euros (Turismo de Portugal, I.P., 2006).

Na Europa, as atividades *soft* representam cerca de 80 % das viagens em turismo de natureza realizadas pelos europeus, ao passo que as atividades *hard* representam os restantes 20 % (Turismo de Portugal, I.P., 2006) (tabela 4.3).

Tabela 4.3. Atividades *soft* e atividades *hard* em turismo de natureza

Atividades de natureza	
<i>Soft</i>	<i>Hard</i>
<i>Birdwatching</i>	Espeleologia
Canoagem	Escalada
<i>Kayaking</i>	Paraquedismo
<i>Hiking</i>	<i>Trekking</i>
Pesca	BTT
Equitação	rappel
Orientação	
<i>Rafting</i>	
Stand-up paddle	

Fonte: Elaboração própria, com base em ATTA (2013), Pena Aventura (2018) e State of Victoria (2017)

No âmbito das atividades de natureza *soft*, o *birdwatching* consiste na observação e contemplação de espécies de avifauna (Revista Virtude, 2012). Por seu turno, na

canoagem, o praticante, que dispõe de uma pagaia (termo técnico usado nos desportos aquáticos correspondente ao remo), tem a faculdade de estar sentado com as pernas estendidas ao longo da embarcação, ou com os joelhos fletidos na mesma (State of Victoria, 2017). No caso do *kayaking*, a embarcação é fechada e, como tal, a pessoa apenas pode estender as suas pernas ao longo da mesma. O praticante tem à sua disposição uma pagaia, à semelhança do que acontece na canoagem, no entanto, este remo tem uma configuração de dois lados (State of Victoria, 2017).

O *hiking*, sendo muitas vezes associado a uma caminhada, é uma atividade de lazer feita em terrenos conhecidos e previamente delineados. Tem um grau de exigência física situado entre o fácil e o moderado, não excedendo, geralmente, um dia de duração. Outras das características associadas ao *hiking* são a existência de sinalização ao longo dos trilhos, a necessidade de trazer pouco material, bem como ser uma atividade barata em termos económicos (Diffen, 2018; Skilled Adventurer, 2017).

De acordo com Aires et al. (2011), a orientação pode definir-se como

uma corrida individual, contrarrelógio, em terreno desconhecido e variado, geralmente de floresta ou montanha, num percurso materializado no terreno por pontos de controlo que o orientista deve descobrir numa ordem imposta. Para o fazer, ele escolhe os seus próprios itinerários, utilizando um mapa e, eventualmente, uma bússola (p. 5).

Na Orientação, cada praticante recebe um mapa específico no qual estão marcados pequenos círculos que correspondem a pontos de controlo. Estes pontos são materializados no terreno pelas "balizas" (prismas de cores laranja e branca) que têm de ser visitados na ordem indicada (Aires et al., 2011). Os percursos são adaptados à condição física e técnica de cada participante, pelo que são acessíveis a todas as pessoas que estejam interessadas em realizar esta atividade. A Orientação pode ser praticada em qualquer lugar desde que exista um mapa dessa área. Desde florestas, montanhas a zonas urbanas, qualquer local é adequado para a sua prática. As provas de Orientação são, geralmente, realizadas durante o dia, porém, existem também provas noturnas (Aires et al., 2011).

Nas óticas do Pena Aventura (2018), Portal Aventuras (s.d.) e Priberam (2018), o *rafting* consiste num tipo de canoagem praticada em botes insufláveis nas designadas "águas bravas". O *Stand-Up Paddle Boarding* (mais conhecido apenas por stand-up paddle) é outra das atividades em meio aquático que podem ser realizadas por pessoas com incapacidade. Sendo um desporto com as suas origens no surf, na verdade o stand-up paddle distingue-se do surf por apresentar uma pagaia, algo que é comum nos casos da

canoagem, do *rafting* e do *kayaking* (Pena Aventura, 2018). É fornecido ao praticante uma pagaia (ou remo) com uma configuração de um só lado, que a terá de usar para movimentar, pela água, a prancha onde se encontra, sendo válido para os momentos em que estiver de pé, como também nos momentos em que estiver de joelhos fletidos (Pena Aventura, 2018).

No âmbito das atividades de natureza *hard*, a espeleologia é a arte de se movimentar, de forma segura, ao longo de uma gruta natural até a um destino, regressando sempre à superfície e salvaguardando a integridade física do participante, bem como a manutenção da originalidade da gruta visitada. Para tal, é necessário um equipamento adequado para esta atividade, assim como conhecimentos e técnicas avançadas (Cave-Exploring.com, 2013). A escalada é uma modalidade de desporto de aventura cujo principal objetivo consiste em atingir o cimo de uma estrutura rochosa, nomeadamente um rochedo, falésia ou montanha, ou inclusive de uma estrutura artificial, sempre com o auxílio de equipamentos de segurança (Pena Aventura, 2018), permitindo, desta forma, testar as capacidades físicas e as capacidades mentais do participante.

O *trekking*, ao contrário do *hiking*, consiste na realização de percursos de longa duração (geralmente dois ou mais dias) em ambientes naturais fisicamente mais exigentes. Muitas das vezes, não existe qualquer sinalização e marcação ao longo dos trilhos, pelo que os participantes têm de recorrer ao uso de mapas e de bússolas para se orientarem no terreno. Esta é uma atividade que testa não só as capacidades físicas dos participantes, mas também a sua capacidade de superação/resiliência mental. Em comparação com o *hiking*, o *trekking* é uma atividade mais cara economicamente, onde os participantes têm de transportar maiores volumes de materiais (Diffen, 2018; Skilled Adventurer, 2017).

A bicicleta todo-o-terreno, mais conhecida por BTT, é um desporto de aventura cujo objetivo principal se baseia na realização de percursos com diversas irregularidades e obstáculos, nomeadamente em trilhos montanhosos, serras e ambientes urbanos. Muitos destes locais são isolados e de difícil acesso, testando, desta forma, as capacidades físicas e mentais dos participantes (Pedalada, 2018). O *rappel* é uma modalidade que consiste na descida de lugares altos até ao solo, sempre com a ajuda de uma corda e de outros materiais obrigatórios que garantem a segurança do participante, nomeadamente os mosquetões, as luvas, os capacetes, os freios e os arneses (Portal Aventuras, s.d.).

4.6. Fatores influenciadores da realização de atividades na natureza

A existência de espaços verdes próximos das residências é, de acordo com alguns investigadores, um fator que pode motivar um maior número de transeuntes a usufruir com maior frequência de atividades nestes espaços (Grahm & Stigsdotter, 2003; Tyrväinen et al., 2005; Vries et al., 2003). Também o tempo disponível constitui um elemento importante que pode determinar uma maior frequência de visitação dos espaços naturais por estas pessoas (Tyrväinen et al., 2006).

A sensação de segurança é outro dos fatores que influenciam a prática de atividades na natureza, podendo contribuir favorável ou desfavoravelmente para a visitação de pessoas aos espaços naturais (Thompson & Philo, 2004; Tyrväinen et al., 2003).

Ora, tendo a noção de que um dos principais benefícios do contacto com a natureza é, sem dúvida alguma, a redução do stress, é importante que, mais do que um meio propício para o desenvolvimento de atividades recreativas e educacionais, as pessoas encarem a natureza como um local onde se podem efetivamente sentir seguras e assim vivenciar equilíbrios a vários níveis, nomeadamente psicológicos, físicos e cognitivos. Para garantir esta sensação de segurança por parte do visitante, é necessária uma manutenção ativa dos espaços naturais (Thompson et al., 2004; Tyrväinen et al., 2003), cuja responsabilidade deve ser articulada entre as entidades gestoras competentes e os organismos políticos.

Além disso, fatores como maiores acessibilidades em relação às áreas naturais (rodoviárias, ferroviárias), a ausência de circulação de veículos motorizados (como automóveis e motociclos) nos percursos, bem como a presença de infraestruturas direcionadas para o segmento do turismo de natureza são igualmente determinantes para a visitação dos transeuntes e dos turistas a áreas naturais (Brown, Kaplan & Quaderer, 1999; Finlay, Franke, McKay & Sims-Gould, 2015; Rodiek & Fried, 2005).

4.7. Benefícios da realização de atividades na natureza para os turistas

A literatura que analisa os benefícios obtidos pelos turistas no âmbito da dinamização de atividades na natureza conta com o contributo importante de diversos investigadores conceituados (Kastenholz, Eusébio, Moura & Figueiredo, 2010; Keniger, Gaston, Irvine &

Fuller, 2013; Kweon, Sullivan & Wiley, 1998; Maas, Verheij, Groenewegen, de Vries & Spreeuwenberg; Ulrich et al., 1991).

Embora a sociedade se tenha consciencializado nos últimos anos para a importância da prática de exercício físico, na verdade, grande parte da população a nível mundial é ainda considerada obesa ou com excesso de peso (OMS, 2009). Assim, com o intuito de mudar esta realidade, a dinamização de atividades de turismo de natureza assume um papel fundamental, na medida em que contribui para a alteração gradual de um estilo de vida sedentário para um estilo de vida mais ativo.

Estudos realizados por vários autores comprovaram que as pessoas que vivem em zonas próximas de espaços verdes tendem, geralmente, a apresentar melhores condições de saúde (Maas et al., 2006). Na verdade, as atividades realizadas em harmonia com a natureza são especialmente importantes para os mais jovens e idosos, tendo em conta que estas pessoas normalmente estão mais limitadas para poderem viajar para fora dos seus ambientes habituais (Bell et al., 2007), sobretudo em termos financeiros.

De acordo com alguns investigadores, os benefícios obtidos através da prática de atividades na natureza podem ser agrupados em cinco categorias, nomeadamente a psicológica, a cognitiva, a fisiológica, a social e a espiritual (Keniger et al., 2013; Kweon et al., 1998; Ulrich et al., 1991; Zhang et al., 2017).

Assim, os benefícios psicológicos podem traduzir-se numa maior autoestima, na melhoria do estado de humor, na redução de sentimentos negativos, como a raiva e a frustração, bem como na diminuição da ansiedade (Keniger et al., 2013).

Por outro lado, alguns exemplos de benefícios cognitivos são o restauro dos índices de atenção/concentração, redução da fadiga mental, melhoria da performance e produtividade académicas, assim como uma maior capacidade para executar tarefas exigentes mentalmente, tudo isto com maior impacto nas crianças e nos adolescentes (Keniger et al., 2013).

Já nos benefícios fisiológicos, podemos encontrar a diminuição da pressão arterial, redução das tensões musculares e a diminuição da atividade cerebral do indivíduo (Keniger et al., 2013; Ulrich et al., 1991). Para além dos resultados referidos, devem destacar-se a redução dos níveis de cortisol (que é uma hormona responsável pelo stress), menos dores de cabeça, diminuição da probabilidade de vir a desenvolver doenças cardiovasculares, maior velocidade de recuperação perante substâncias aditivas como as drogas e o tabaco,

redução de doenças do foro respiratório e de doenças crónicas (como são os casos das doenças de Parkinson e de Alzheimer), bem como diminuição da ocorrência futura de outras doenças (Keniger et al., 2013; Zhang et al., 2017).

Nos benefícios sociais, falamos de uma maior interação social, capaz de mitigar a sensação de isolamento e, conseqüentemente, a depressão (Kweon et al., 1998). Referem-se também a redução da probabilidade de fenómenos de violência e da ocorrência de crimes, bem como o facto de a natureza ser um meio promotor e facilitador da existência de uma maior multiculturalidade, com a interação entre pessoas de etnias, culturas e religiões diferentes (Keniger et al., 2013). Por último, realçam-se os benefícios espirituais, que se traduzem numa maior conexão, inspiração e bem-estar espirituais em cada participante (Keniger et al., 2013) (tabela 4.4).

Tabela 4.4. Benefícios obtidos pelos turistas em contacto com a natureza

Categorias	Exemplos de benefícios			
Psicológicos	Maior autoestima	Melhoria do estado de humor	Redução de raiva e de frustração	Diminuição da ansiedade
Cognitivos	Restauro dos índices de atenção/concentração	Redução da fadiga mental	Melhoria da performance e produtividade académicas	Maior capacidade para executar tarefas exigentes mentalmente
Fisiológicos	redução da pressão arterial; redução das tensões musculares e da atividade cerebral do indivíduo	diminuição dos níveis de cortisol (hormona responsável pelo stress); menos dores de cabeça	maior velocidade de recuperação perante substâncias aditivas como as drogas e o tabaco; redução de doenças do foro respiratório e de doenças crónicas (doença de Parkinson, doença de Alzheimer)	diminuição da ocorrência futura de outras doenças; diminuição da probabilidade do desenvolvimento de doenças cardiovasculares
Sociais	Maior interação social (menor probabilidade de isolamento e depressão)	Menos violência e crimes	Maior multiculturalidade	
Espirituais	Maior conexão espiritual	Maior inspiração espiritual	Maior bem-estar espiritual	

Fonte: elaboração própria, com base em Keniger et al. (2013), Kweon et al. (1998), Ulrich et al. (1991) e Zhang et al. (2017)

Quando falamos dos benefícios obtidos pelo ser humano em contacto com a natureza, temos de referir, indubitavelmente, alguns fatores que influenciam as perceções pessoais formadas pelos turistas, no que toca aos benefícios a obter neste meio.

Desta forma, Zhang et al. (2017) argumentam que o grau de incapacidade que uma pessoa possui pode influenciar as suas perceções em relação aos benefícios na natureza, mais até do que fatores demográficos, como a idade. Ou seja, quanto mais profunda ou

avançada for a incapacidade, maior será a tendência de o indivíduo viver mais intensamente as experiências em contato com a natureza.

Por outro lado, Rodiek (2002) realça que existem elementos intrínsecos da própria natureza, muitos deles imprevisíveis e em constante mudança, que, ao atuarem em conjunto, podem influenciar positivamente as percepções que as pessoas formam a partir do seu contacto com a natureza, especificamente elementos sensoriais, como cheiros, sons e focos de luz.

Já outros investigadores como Chen e Patrick (2013) comprovaram que as expectativas em torno dos benefícios a obter nas atividades em turismo registaram uma evolução no sentido decrescente, com o passar do tempo (de Bloom et al., 2011; Nawijn, Marchand, Veenhoven & Vingerhoets). Isto é, de um estado inicial de euforia, de grande excitação, dando lugar, mais tarde, a um estado de espírito neutro, sem oscilações de humor. Concretamente, verificou-se que estes efeitos podem durar de poucos dias até mesmo um mês após a conclusão destas atividades (de Bloom et al., 2010; de Bloom et al., 2011; Etzion, 2003; Kühnel & Sonnentag, 2011; Westman & Eden, 1997).

Chen et al. (2013) constataram, igualmente, que a existência de eventos ou fenómenos negativos associados às viagens podem influenciar negativamente essas mesmas percepções pessoais formadas. Deste modo, salientam-se as diferenças de fuso horário, os problemas de saúde, bem como a temperatura do local onde a pessoa se encontra (Strauss-Blasche, Reithofer, Schobersberger, Ekmekcioglu & Marktl, 2005).

Em suma, as percepções pessoais formadas pelos turistas acerca dos benefícios a obter no âmbito das viagens em turismo podem, efetivamente, oscilar antes, durante e após a sua realização (de Bloom et al. 2009; Nawijn, 2011).

4.8. Conclusão

O turismo de natureza, com uma ascensão impressionante nas últimas décadas, é um tipo de turismo com grande importância socioeconómica para os destinos, prevendo-se que mantenha este crescimento no futuro (Aas et al., 2005; Baldin et al., 2003; Bell et al., 2007; Buckley et al., 2003; CREST, 2015; Hall et al., 2005; Hall et al., 2009; Kuenzi et al., 2008; Li, 2006; Mehmetoglu, 2007; PENT, 2013).

Existe uma diversidade de atividades, com diferentes níveis de dificuldade, que podem ser realizadas em contacto com a natureza, permitindo assim aos participantes obter benefícios variados (Adventure Travel Trade Association et al., 2013; Kastenholz et al., 2010; Keniger et al., 2013; Kweon et al., 1998; Maas et al., 2006; Pena Aventura, 2018; State of Victoria, 2017; Ulrich et al., 1991).

Grande parte dos indivíduos com incapacidades almeja realizar atividades de natureza, mas, devido às suas limitações (físicas ou sensoriais), sentem o seu acesso restringido ou limitado (Kastenholz et al., 2010).

Capítulo V – O Turismo de Natureza direcionado para as Pessoas com Incapacidades

5.1. Introdução

Este capítulo visa analisar, respetivamente, as motivações, os constrangimentos, as atividades praticadas, as atividades mais desejadas, bem como os benefícios da realização de atividades em turismo de natureza obtidos pelas pessoas com incapacidades permanentes (sensoriais e motoras).

5.2. Motivações das pessoas com incapacidades em turismo de natureza

Existem, atualmente, diversos estudos desenvolvidos em torno das motivações que levam as pessoas com incapacidades permanentes (sensoriais e motoras) a usufruírem atividades em contacto com a natureza (Anderson et al., 1997; Chikuta et al., 2017; Figueiredo, Eusébio & Kastenholz, 2012; Jaquette, 2005; McAvoy, Schatz, Stutz, Schleien & Lais, 1989; McAvoy, Holman, Goldenberg & Klenosky, 2006; Robb & Ewert, 1987) (tabela 5.1).

Tabela 5.1. Investigadores e estudos sobre motivações em turismo de natureza

Autores	Ano	Título do artigo/capítulo	Jornal/Revista	Tipo de incapacidade
Anderson et al.	1997	Creating positive change through an integrated outdoor adventure program	<i>Therapeutic recreation journal</i>	Auditiva, mental, motora e visual
Chikuta et al.	2017	Nature-based travel motivations for people with disabilities	<i>African Journal of Hospitality, Tourism and Leisure</i>	Auditiva, motora e visual
Figueiredo et al.	2012	How Diverse are Tourists with Disabilities? A Pilot Study on Accessible Leisure Tourism Experiences in Portugal	<i>International journal of Tourism Research</i>	Auditiva, mental, motora e visual
Jaquette	2005	Maimed away from the earth: disability and wilderness	<i>The Ecotone</i>	Motora
McAvoy et al.	1989	Integrated wilderness adventure: effects on personal and lifestyle traits of persons with and without disabilities	<i>Therapeutic Recreation Journal</i>	Mental, motora e visual
McAvoy et al.	2006	Wilderness and persons with disabilities	<i>International Journal of Wilderness</i>	Motora
Robb et al.	1987	Risk recreation and persons with disabilities	<i>Therapeutic recreation journal</i>	Motora

Fonte: elaboração própria, com base em Anderson et al. (1997), Chikuta et al. (2017), Figueiredo et al. (2012), Jaquette (2005), McAvoy et al. (1989), McAvoy et al. (2006) e Robb et al. (1987)

Chikuta et al. (2017), com o objetivo de conhecerem as motivações que levam as pessoas com incapacidades a realizar atividades em contacto com a natureza, conduziram uma investigação empírica que contou com a aplicação de um inquérito por questionário que reuniu 190 respostas válidas. Neste universo de pessoas, encontravam-se pessoas provenientes de vários países, nomeadamente África do Sul, Austrália, Estados Unidos da América, Reino Unido e Zimbábue.

Deste modo, as motivações identificadas foram agrupadas em três categorias, designadamente o desejo de enriquecimento pessoal, a necessidade de fuga em relação às rotinas, bem como o entusiasmo pela aventura (Chikuta et al., 2017; Figueiredo et al., 2012).

Em primeiro lugar, o desejo de enriquecimento pessoal está associado ao querer desafiar-se a si próprio, à vontade de desenvolver a autoestima, de adquirir novos

conhecimentos, bem como à celebração de feitos conquistados no âmbito das atividades na natureza (Chikuta et al., 2017; Figueiredo et al., 2012).

Por outro lado, quando falamos da fuga às rotinas, podemos encontrar o desejo de desfrutar de momentos passados em família, cuidar da saúde e bem-estar, bem como o desejo de relaxamento (Chikuta et al., 2017; Figueiredo et al., 2012). Efetivamente, esta categoria foi considerada a mais importante desta investigação, visto que foi a que apresentou uma média superior em relação às outras duas categorias (isto é, uma média de 3,75).

Por último, o entusiasmo pela aventura é outro dos motivos que conduzem as pessoas com incapacidades a usufruir de atividades na natureza (Chikuta et al., 2017). Na verdade, vários autores suportam este resultado (Anderson et al., 1997; Jaquette, 2005; McAvoy et al., 1989; Robb et al., 1987) (tabela 5.2).

Tabela 5.2. Motivações das pessoas com incapacidades em turismo de natureza

Motivações	Descrição	Autores
Desejo de enriquecimento pessoal	<ul style="list-style-type: none"> - Vontade de desafiar-se a si próprio - Desejo de desenvolver a sua própria autoestima - Vontade de adquirir novos conhecimentos - Celebração de feitos conquistados no âmbito das viagens e experiências em turismo de natureza 	Chikuta et al. (2017) Figueiredo et al. (2012)
Necessidade de fuga em relação às rotinas	<ul style="list-style-type: none"> - Desejo de desfrutar de momentos passados em família - Cuidar da própria saúde e bem-estar - Relaxamento 	Chikuta et al. (2017) Figueiredo et al. (2012)
Entusiasmo pela aventura	<ul style="list-style-type: none"> - O próprio sentimento de entusiasmo e excitação de se aventurar pelo desconhecido 	Anderson et al. (1997) Chikuta et al. (2017) Jaquette (2005) McAvoy et al. (1989) Robb et al. (1987)

Fonte: elaboração própria, com base em Anderson et al. (1997), Chikuta et al. (2017), Figueiredo et al. (2012), Jaquette (2005), McAvoy et al. (1989) e Robb et al. (1987)

Para cada uma das categorias, foram verificadas diferenças em termos de motivações entre os grupos de incapacidades analisados por Chikuta et al. (2017).

Constatou-se, efetivamente, que as pessoas com incapacidades auditivas tendiam a ser mais aventureiras (Chikuta et al., 2017; Figueiredo et al., 2012). Em oposição, as pessoas

com incapacidades motoras foram as menos predispostas a viver novas aventuras. Por último, é de realçar também que o grupo de pessoas com incapacidades auditivas tendia a valorizar muito mais a necessidade de fuga às rotinas (Chikuta et al., 2017; Figueiredo et al., 2012).

Por outro lado, Figueiredo et al. (2012) identificaram um conjunto mais diversificado de motivações de pessoas com incapacidades inerentes à participação em atividades na natureza. Paralelamente, verificaram diferenças nesta variável, de acordo com o tipo de incapacidade.

Assim, constatou-se que o grupo de incapacidade auditivas possuiu uma maior propensão para se sentir motivado para viver novas experiências, para adquirir novos conhecimentos, sentir-se livre, bem como para relaxar (Figueiredo et al., 2012), resultados que corroboram Chikuta et al. (2017). Já o grupo de incapacidades motoras teve uma maior tendência para se sentir impulsionado para desenvolver as suas aptidões físicas e intelectuais, melhorar o seu estado de humor, bem como superar os seus próprios limites (físicos e intelectuais) (Chikuta et al., 2017; Figueiredo et al., 2012). No entanto, no estudo de Figueiredo et al. (2012), este grupo teve uma maior predisposição para viver novos desafios, o que contrasta com outros estudos (Chikuta et al., 2017).

Por outro lado, no estudo de Figueiredo et al. (2012), o grupo de incapacidades visuais encara as atividades em turismo de natureza como uma forma de ocupar o seu tempo livre, de ser aceite socialmente por outras pessoas, bem como de superar os seus próprios limites, à semelhança do que sucede com o grupo de incapacidades motoras.

5.3. Constrangimentos das pessoas com incapacidades em turismo de natureza

Existem diversos constrangimentos que limitam ou restringem a participação plena das pessoas com incapacidades (motoras e sensoriais) nas atividades em turismo de natureza (Australian Sports Commission et al., 2011; Bengtsson & Carlsson, 2006; Brascamp & Kidd, 2004; Figueiredo et al., 2012; Kearney & Winterbottom, 2006; Lieberman & MacVicar, 2003; McAvoy et al., 2006; Prellwitz & Skar, 2007; Rappe, Kivelä & Rita, 2006; Shields & Synnot, 2016; Sit, Lindner & Sherrill, 2002; Stoneham & Jones, 1997; Stuart, Lieberman & Hand, 2006; Tsai & Fung, 2005; Taylor & McGruder, 1996) (tabela 5.3).

Tabela 5.3. Investigadores e tipos de incapacidade no âmbito dos constrangimentos em turismo de natureza

Autores	Ano	Título do artigo/capítulo	Jornal/Revista	Tipo de incapacidade
Australian Sports Commission et al.	2011	Participation and non participation of people with disability in sport and active recreation		Auditiva, mental, motora, multideficiência e visual
Bengtsson et al.	2006	Outdoor Environments at Three Nursing Homes: Focus Group Interviews with Staff	<i>Journal of Housing for the Elderly</i>	Motora
Brascamp et al.	2004	Contribution of Plants to the Well-Being of Retirement Home Residents	<i>XXVI International Horticultural Congress: Expanding Roles for Horticulture in Improving Human Well-Being and Life Quality</i>	Motora
Figueiredo et al.	2012	How Diverse are Tourists with Disabilities? A Pilot Study on Accessible Leisure Tourism Experiences in Portugal	<i>International journal of Tourism Research</i>	Auditiva, mental, motora e visual
Kearney et al.	2006	Nearby nature and long-term care facility residents: Benefits and design recommendations	<i>Journal of Housing for the Elderly</i>	Motora
Lieberman et al.	2003	Play and Recreational Habits of Youths Who Are Deaf-Blind	<i>Journal of Visual Impairment & Blindness</i>	Auditiva, visual
McAvoy et al.	2006	Wilderness and persons with disabilities	<i>International Journal of Wilderness</i>	Motora
Prellwitz et al.	2007	Usability of playgrounds for children with different abilities	<i>Occupational Therapy International</i>	Visual
Rappe et al.	2006	Visiting outdoor green environments positively impacts self-rated health among older people in long-term care	<i>HortTechnology</i>	Motora
Shields et al.	2016	Perceived barriers and facilitators to participation in physical activity for children with disability: a qualitative study	BMC Pediatrics	Visual

(Continua)

Tabela 5.3. Investigadores e tipos de incapacidades no âmbito dos constrangimentos em turismo de natureza (Continuação)

Autores	Ano	Título do artigo/capítulo	Jornal/Revista	Tipo de incapacidade
Sit et al.	2002	Sport participation of Hong Kong Chinese children with disabilities in special schools	<i>Adapted Physical Activity Quarterly</i>	Auditiva, motora, visual
Stoneham et al.	1997	Residential landscapes: Their contribution to the quality of older people's lives.	<i>Activities, Adaptation & Aging</i>	Motora
Stuart et al.	2006	Beliefs about physical activity among children who are visually impaired and their parents	<i>Journal of Visual Impairment & Blindness</i>	Visual
Taylor et al.	1996	The meaning of sea kayaking for persons with spinal cord injuries	<i>American journal of occupational therapy</i>	Motora
Tsai et al.	2005	Perceived constraints to leisure time physical activity participation of students with hearing impairment	<i>Therapeutic Recreation Journal</i>	Auditiva

Fonte: elaboração própria, com base em Australian Sports Commission et al. (2011), Bengtsson et al. (2006), Brascamp et al. (2004), Kearney et al. (2006), Lieberman et al. (2003), Figueiredo et al. (2012), McAvoy et al. (2006), Prellwitz et al. (2007), Rappe et al. (2006), Shields et al. (2016), Sit et al. (2002), Stoneham et al. (1997), Stuart et al. (2006), Taylor et al. (1996) e Tsai et al. (2005)

Relativamente às pessoas com incapacidades motoras, os constrangimentos físicos que afetam o usufruto de atividades em turismo de natureza prendem-se, muitas das vezes, com os declives acentuados dos terrenos. Além disso, estas pessoas queixam-se da largura dos terrenos eleitos, que é insuficiente para a passagem de cadeiras de rodas (Bengtsson et al., 2006; Kearney et al., 2006).

Também o tipo de materiais presentes nos terrenos pode constranger a circulação de pessoas portadoras de incapacidades motoras, especialmente as que se deslocam normalmente em cadeiras de rodas. Por exemplo, a existência de ramos, pedras e irregularidades constitui um problema para a deslocação destas pessoas, afetando assim o pleno usufruto das atividades e dos recursos naturais existentes (Bengtsson et al., 2006; Kearney et al., 2006).

No que concerne aos constrangimentos estruturais, a falta de vigilância e a falta de proteção das áreas naturais podem condicionar seriamente a fruição das atividades na natureza pelas pessoas com incapacidades motoras, já que a autenticidade e a beleza original destas áreas são afetadas. Por outro lado, a falta de informação acerca da acessibilidade física dos destinos de turismo de natureza costuma, muitas vezes, influenciar negativamente as experiências vividas pelas pessoas referidas (Kearney et al., 2006; McAvoy et al., 2006).

Relativamente aos constrangimentos intrapessoais, destaca-se o medo que as pessoas com incapacidades motoras revelam antes da realização de dinâmicas na natureza (Bengtsson et al., 2006).

Já quando nos referimos aos constrangimentos interpessoais, a falta de apoio personalizado, bem como as atitudes e comportamentos negativos das pessoas ditas “normais” são sérios obstáculos à plena participação em atividades de turismo de natureza das pessoas com incapacidades motoras (Bengtsson et al., 2006; Brascamp et al., 2002; Kearney et al., 2006; Rappe et al., 2006; Stoneham et al., 1997; Taylor et al., 1996) (tabela 5.4).

Tabela 5.4. Constrangimentos das pessoas com incapacidades motoras em turismo de natureza

Constrangimentos	Descrição	Autores
Físicos	<ul style="list-style-type: none"> - Terrenos com declives acentuados - Terrenos com largura insuficiente para a passagem de cadeira de rodas - Existência de ramos, pedras e irregularidades nos terrenos 	Bengtsson et al. (2006) Kearney et al. (2006)
Estruturais	<ul style="list-style-type: none"> - Falta de vigilância e de proteção das áreas naturais - Défice de informação acerca das acessibilidades físicas nos destinos de turismo de natureza 	Kearney et al. (2006) McAvoy et al. (2006)
Intrapessoais	<ul style="list-style-type: none"> - Medo e ansiedade em relação ao desconhecido 	Bengtsson et al. (2006)
Interpessoais	<ul style="list-style-type: none"> - Falta de apoio personalizado às pessoas com incapacidades motoras - Atitudes e comportamentos negativos discriminatórios e estigmatizantes de outras pessoas 	Bengtsson et al. (2006) Brascamp et al. (2002) Kearney et al. (2006) Rappe et al. (2006) Stoneham et al. (1997) Taylor et al. (1996)

Fonte: elaboração própria, com base em Bengtsson et al. (2006), Brascamp et al. (2002), Kearney et al. (2006), McAvoy et al. (2006), Rappe et al. (2006), Stoneham et al. (1997) e Taylor et al., 1996)

Relativamente às pessoas com incapacidades auditivas (surdez profunda e dificuldades na audição), investigadores desenvolveram estudos com o propósito principal de identificar os constrangimentos vividos por crianças com estas incapacidades que lhes limitam e/ou restringem a plena participação em atividades de turismo de natureza (Lieberman et al., 2003; Sit et al., 2002; Tsai et al. 2005).

Desta forma, no domínio dos constrangimentos pessoais, refere-se a frustração que as crianças com incapacidades auditivas sentem quando são comparadas com crianças ditas “normais” com a mesma idade (Lieberman et al., 2003; Sit et al., 2002; Tsai et al. 2005). A falta de aptidões físicas é também um constrangimento que lhes dificulta a participação em atividades na natureza. Além disso, salienta-se a existência de outros interesses e/ou compromissos (pessoais, familiares e/ou académicos), que se sobrepõem à dinamização destas atividades. Destaca-se igualmente o medo que estas crianças têm de ser estigmatizadas e marginalizadas pelas crianças ditas “normais”, justamente por causa das suas incapacidades sensoriais. Por outro lado, menciona-se a falta de tempo disponível destes indivíduos para a realização das atividades em questão. A dor/desconforto físico sentido durante estas dinâmicas em contacto com a natureza é outro dos constrangimentos que estas crianças costumam viver (Lieberman et al., 2003; Sit et al., 2002; Tsai et al. 2005).

No campo dos constrangimentos sociais, constatou-se que as crianças com incapacidades auditivas precisam de um maior encorajamento, bem como de um maior suporte e acompanhamento contínuos, feito nomeadamente por monitores, familiares ou amigos, para poderem participar em atividades na natureza (Lieberman et al., 2003; Sit et al., 2002; Tsai et al. 2005), à semelhança do que acontece com as pessoas com incapacidades motoras.

Na esfera dos constrangimentos ambientais, salientam-se os terrenos irregulares para a prática de atividades de turismo de natureza, um constrangimento também reportado pelo grupo de incapacidades motoras (Lieberman et al., 2003; Sit et al., 2002; Tsai et al. 2005). Além disso, mencionam-se as infraestruturas inadequadas para receber e acomodar os participantes nestas atividades. Por outro lado, refere-se o fato de diversos participantes viverem longe dos locais onde se realizam estas atividades (localização geográfica desfavorável) (Lieberman et al., 2003; Sit et al., 2002; Tsai et al. 2005).

No âmbito dos constrangimentos de divulgação de informação/programação, os pais de muitas das crianças com incapacidades auditivas desconhecem oportunidades que são fundamentais para uma maior integração dos seus filhos juntamente com as crianças ditas “normais”, principalmente por causa da falta de divulgação de informação das empresas de turismo de natureza e das próprias escolas onde os filhos estudam (Lieberman et al., 2003; Sit et al., 2002; Tsai et al. 2005) (tabela 5.5).

Tabela 5.5. Constrangimentos das pessoas com incapacidades auditivas em turismo de natureza

Obstáculos	Descrição
Ambientais	<ul style="list-style-type: none"> - Terrenos irregulares - Infraestruturas inadequadas - Localização geográfica desfavorável das instalações para a prática de atividades na natureza
Divulgação de informação/de programação	<ul style="list-style-type: none"> - Falta de oportunidades para a participação nas atividades de natureza
Pessoais	<ul style="list-style-type: none"> - Falta de habilidades/aptidões físicas - Dor/desconforto físico - Medo de ser estigmatizado e marginalizado - Outros interesses e/ou compromissos (pessoais, académicos, familiares) - Falta de tempo disponível
Sociais	<ul style="list-style-type: none"> - Falta de encorajamento/suporte - Falta de staff e de amigos nas atividades

Fonte: elaboração própria, com base em Lieberman et al. (2003), Sit et al. (2002) e Tsai et al. (2005)

Em relação ao grupo de crianças com incapacidades visuais (cegas e com baixa visão), Shields et al. (2016) verificaram um conjunto de constrangimentos vividos por estas crianças em atividades na natureza, alguns dos quais também foram vividos por crianças com incapacidades auditivas. No entanto, salientam-se outros.

Assim sendo, no campo dos constrangimentos pessoais, à semelhança do grupo de incapacidades auditivas, o grupo de invisuais reportou a falta de habilidades/aptidões físicas para a realização de atividades na natureza, a dor/desconforto físico, bem como o medo de ser estigmatizado e marginalizado (Lieberman et al., 2003; Prellwitz et al., 2007; Shields et al., 2016; Sit et al., 2002; Stuart et al., 2006).

Além disso, as crianças invisuais afirmaram sentir o constrangimento da existência de outros interesses e/ou compromissos (pessoais, académicos, familiares), bem como a escassez de tempo disponível para a realização de atividades na natureza (Lieberman et al.,

2003; Prellwitz et al., 2007; Shields et al., 2016; Sit et al., 2002; Stuart et al., 2006). Assim, verifica-se que os dois constrangimentos referidos são comuns aos grupos de incapacidades motora e auditiva.

Também a falta de autoconfiança, a falta de independência, a inadaptação perante terrenos desconhecidos, o desconhecimento sobre o modo como realizar a atividade/de utilizar os equipamentos, bem como dificuldades em termos de orientação espacial são constrangimentos com que as crianças com incapacidades visuais se deparam no âmbito das atividades na natureza (Lieberman et al., 2003; Prellwitz et al., 2007; Shields et al., 2016; Sit et al., 2002; Stuart et al., 2006).

Na esfera dos obstáculos sociais, realçam-se a falta de encorajamento/suporte dos pais e dos monitores antes e no decorrer das atividades na natureza, bem como a falta de staff e de amigos nestas atividades, que são constrangimentos comuns ao grupo de incapacidades visuais e ao grupo de incapacidades auditivas (Lieberman et al., 2003; Prellwitz et al., 2007; Shields et al., 2016; Sit et al., 2002; Stuart et al., 2006).

Além disso, destacam-se a presença de técnicos/monitores com poucos conhecimentos científicos sobre atividades de turismo de natureza, bem como a dificuldade de adaptação destes monitores às necessidades das crianças com incapacidade visuais (Lieberman et al., 2003; Prellwitz et al., 2007; Shields et al., 2016; Sit et al., 2002; Stuart et al., 2006).

Por último, investigadores identificaram, como constrangimentos, as preocupações excessivas dos pais sobre a segurança dos seus filhos, bem como as dificuldades financeiras destes pais que restringem e/ou limitam a participação dos seus filhos nas dinâmicas realizadas na natureza (Lieberman et al., 2003; Prellwitz et al., 2007; Shields et al., 2016; Sit et al., 2002; Stuart et al., 2006).

No domínio dos constrangimentos ambientais, referem-se os terrenos irregulares para a prática de atividades de turismo de natureza, as infraestruturas inadequadas para albergar os participantes com incapacidades visuais, bem como a localização geográfica desfavorável das instalações destinadas à prática destas dinâmicas (Lieberman et al., 2003; Prellwitz et al., 2007; Shields et al., 2016; Sit et al., 2002; Stuart et al., 2006). Constatou-se, por conseguinte, que estes constrangimentos são comuns ao grupo de incapacidades auditivas. Seguidamente, salienta-se a falta de equipamentos disponíveis para a realização das atividades na natureza, bem como a insuficiência de transportes para os locais onde

decorrem estas atividades (Lieberman et al., 2003; Prellwitz et al., 2007; Shields et al., 2016; Sit et al., 2002; Stuart et al., 2006).

Na vertente das barreiras de divulgação de informação/programação, à semelhança das pessoas com incapacidades auditivas, menciona-se a falta de oportunidades que as crianças invisuais sentem em relação à sua participação em atividades na natureza (Lieberman et al., 2003; Prellwitz et al., 2007; Shields et al., 2016; Sit et al., 2002; Stuart et al., 2006).

Além disso, salienta-se a escassez de comunicação entre os monitores e as crianças com incapacidades visuais (Lieberman et al., 2003; Prellwitz et al., 2007; Shields et al., 2016; Sit et al., 2002; Stuart et al., 2006). Destaca-se também a pouca oferta e variedade em termos de programas destinados à realização de atividades na natureza. Por outro lado, menciona-se a falta de financiamento das empresas em turismo de natureza e o custo elevado no desenvolvimento de programas de atividades (ao nível dos equipamentos, infraestruturas, monitores e das viagens).

Outra das barreiras de divulgação de informação/programação verificadas consistiu na dificuldade das empresas de turismo de natureza em atrair pessoas com incapacidades visuais para as suas atividades, já que existe pouca divulgação de informação, especialmente nas escolas (Lieberman et al., 2003; Prellwitz et al., 2007; Shields et al., 2016; Sit et al., 2002; Stuart et al., 2006). Este fato não permite aos pais destas crianças terem um maior conhecimento de oportunidades, com vista a uma integração saudável dos seus filhos juntamente com outras crianças ditas “normais”.

Por último, destaca-se a ausência de parcerias entre stakeholders na área do turismo de natureza, designadamente escolas, empresas e associações de apoio às pessoas com incapacidades, que promovam um maior desenvolvimento de programas de atividades destinados às crianças invisuais (Lieberman et al., 2003; Prellwitz et al., 2007; Shields et al., 2016; Sit et al., 2002; Stuart et al., 2006) (tabela 5.6).

Em suma, os resultados dos estudos empíricos de vários investigadores permitiram verificar que os grupos de incapacidades analisados tenderam a reportar ter vivido, em comum, três constrangimentos que afetaram a realização de atividades na natureza, nomeadamente a existência de terrenos irregulares, a falta de apoio personalizado, bem como as atitudes e comportamentos discriminatórios levados a cabo por pessoas ditas “normais”.

Tabela 5.6. Constrangimentos das pessoas com incapacidades visuais em turismo de natureza

Constrangimentos	Descrição
Ambientais	<ul style="list-style-type: none"> - Terrenos irregulares - Infraestruturas inadequadas - Localização geográfica desfavorável perante os locais onde decorrem as dinâmicas na natureza - Falta de equipamentos para as atividades de natureza - Insuficiência de transportes para os locais onde decorrem as atividades
Divulgação de informação/programação	<ul style="list-style-type: none"> - Falta de oportunidades para a participação nas atividades de natureza - Escassez de comunicação entre os monitores e as crianças - Pouca oferta e variedade de programas de atividades de turismo de natureza - Custo elevado no desenvolvimento de programas de atividades de turismo de natureza (equipamentos, infraestruturas, monitores, viagens) - Falta de financiamento das empresas de turismo de natureza
Pessoais	<ul style="list-style-type: none"> - Falta de habilidades/aptidões físicas - Dor/desconforto físico - Medo de ser estigmatizado e marginalizado - Outros interesses e/ou compromissos (pessoais, académicos, familiares) - Falta de tempo disponível - Falta de autoconfiança - Falta de independência - Inadaptação perante terrenos desconhecidos - Desconhecimento sobre o modo de realizar a atividade/de utilizar os equipamentos - Dificuldades em termos de orientação espacial
Sociais	<ul style="list-style-type: none"> - Falta de encorajamento/suporte - Técnicos/monitores com poucos conhecimentos científicos e técnicos - Dificuldade de adaptação dos monitores às necessidades de cada criança - Falta de amigos com quem realizar as atividades - Staff insuficiente para acompanhar as crianças - Preocupações excessivas dos pais sobre a segurança dos filhos - Constrangimentos financeiros dos pais

Fonte: elaboração própria, com base em Lieberman et al. (2003), Prellwitz et al. (2007), Shields et al. (2016), Sit et al. (2002) e Stuart et al. (2006)

Com o objetivo de verificar se existem diferenças em termos de constrangimentos, de acordo com o tipo de incapacidade, Sit et al. (2002) constataram que o grupo de incapacidade motoras foi o grupo que referiu sentir-se mais afetado pela falta de aptidões (físicas e sociais), em comparação aos grupos de incapacidades auditivas e visuais. Além disso, as pessoas com incapacidades motoras relataram que os ferimentos adquiridos em circunstâncias variadas também costumam comprometer o seu rendimento em atividades recreativas e de lazer.

Já Figueiredo et al. (2012) identificaram mais diferenças relativamente aos constrangimentos vividos pelas pessoas com incapacidades em atividades recreativas e de

lazer. Deste modo, no domínio social, verificaram que o grupo de incapacidades motoras teve uma maior tendência para se sentir afetado pelos olhares e comportamentos discriminatórios de que são vítimas por parte de pessoas ditas “normais”, o que converge com os resultados de outras investigações (Bengtsson et al, 2006; Brascamp et al., 2002; Kearney et al., 2006; Rappe et al., 2006; Stoneham et al., 1997; Taylor et al., 1996).

Além disso, o grupo de incapacidades motoras está muito dependente de acompanhantes para poder viajar, o que limita a sua autonomia (Figueiredo et al., 2012). No domínio ambiental, salienta-se a inadaptação dos transportes face às necessidades das pessoas com este tipo de incapacidades (Figueiredo et al., 2012).

Com uma média superior registada nos testes estatísticos em termos de constrangimentos, os grupos de incapacidades visuais e motoras sentiram-se mais limitados pela falta de dinheiro disponível para poderem viajar e usufruir de atividades na natureza. Além disso, o medo e a sensação de insegurança antes de viajar foram constrangimentos referidos em maior número pelos grupos referidos (Figueiredo et al., 2012).

Por outro lado, o grupo de incapacidades auditivas queixou-se da oferta de bens e serviços turísticos inadaptada às suas necessidades. Por último, tanto o grupo de incapacidades auditivas, como o grupo de incapacidades visuais reportaram sentir-se afetados pela falta de companhia com quem poder viajar (Figueiredo et al., 2012).

Outros investigadores verificaram igualmente diferenças em termos de constrangimentos em atividades de lazer e de recreação, segundo o tipo de incapacidade. Foi efetivamente o caso da Australian Sports Commission et al. (2011), que verificaram num estudo que o grupo de incapacidades motoras foi o grupo que reportou sentir-se afetado por um maior número de constrangimentos.

Assim, em primeiro lugar, comprovou-se que as pessoas com incapacidades motoras apresentaram uma maior tendência para se sentirem afetadas pela falta de dinheiro disponível para poder viajar e realizar atividades, sendo também de salientar a escassez de apoio personalizado, que, devido às suas limitações, requerem um atendimento mais especializado e permanente (Australian Sports Commission et al., 2011). Estes resultados vão ao encontro de Figueiredo et al. (2012).

Também em comum às investigações da Australian Sports Commission et al. (2011) e de Figueiredo et al. (2012), a falta de segurança (Kearney et al., 2006; McAvoy et al.,

2006), bem como a falta de limpeza e de manutenção dos espaços destinados à dinamização de atividades na natureza, devido, em grande parte, à falta de voluntários e de sapadores florestais, foram outros constrangimentos verificados.

Por último, reforça-se a localização geográfica desfavorável entre as residências/loais de trabalho dos participantes no estudo em relação às áreas onde decorrem as atividades (Australian Sports Commission et al., 2011).

5.4. Atividades de turismo de natureza realizadas e desejadas pelas pessoas com incapacidades

Figueiredo et al. (2012) e Kastenholz et al. (2010) desenvolveram investigações que permitiram conhecer resultados impressionantes relativos às atividades mais praticadas e às mais desejadas em turismo de natureza pelas pessoas com incapacidades.

Assim, concluiu-se que as pessoas com incapacidades já tinham realizado diversas atividades recreativas e/ou de lazer, nomeadamente piqueniques em espaços verdes, passeios fluviais, percursos pedestres/montanhismo, passeios de cavalo, participação em atividades agrícolas, pesca desportiva, bem como passeios todo-o-terreno (Figueiredo et al., 2012; Kastenholz et al., 2010).

Por outro lado, as atividades mais desejadas na natureza pelas amostras dos estudos de Figueiredo et al. (2012) e de Kastenholz et al. (2010) foram os passeios todo-o-terreno, os piqueniques em espaços verdes, os percursos pedestres/montanhismo, os passeios a cavalo, os passeios fluviais, bem como o paintball.

Com base nas evidências empíricas de Figueiredo et al. (2012) e de Kastenholz et al. (2010), podemos concluir que as atividades de natureza *soft* foram praticadas por um maior número de pessoas com incapacidade. A mesma situação ocorre nas atividades desejadas, onde a maior parte dos inquiridos relatou preferir atividades de natureza *soft*. Para além disso, outro dado a ressaltar é, de um modo geral, a percentagem de inquiridos que deseja realizar atividades na natureza ser muito superior à percentagem de inquiridos que afirmou já ter realizado, pelo menos, uma atividade na natureza.

Em suma, o fato de a percentagem de desejo de realização de atividades na natureza ser muito superior à percentagem de realização efetiva destas atividades pode ser explicado por várias razões que, em conjunto, condicionam a visita e usufruto das áreas naturais

por parte das pessoas com incapacidades. Neste sentido, falamos da falta de segurança, da existência de equipamentos e de infraestruturas inadequadas para os visitantes com incapacidades e para o turismo de natureza, a carência de um atendimento especializado e personalizado feito por profissionais de turismo qualificados, bem como a insuficiência de acessibilidades físicas nas/para as áreas naturais (Figueiredo et al., 2012; Kastenholz et al., 2010) (ver tabela 5.7).

Tabela 5.7. Atividades realizadas e atividades desejadas pelas pessoas com incapacidades em turismo de natureza

Atividades realizadas	Atividades mais desejadas
piqueniques em espaços verdes (78,6%)	passeios todo-o-terreno (69%)
passeios fluviais (48,8%)	piqueniques em espaços verdes (67%)
percursos pedestres/montanhismo (33,5%)	percursos pedestres/montanhismo (62%)
passeios de cavalo (30,3%)	Passeios a cavalo (62%)
participar em atividades agrícolas (24%)	Passeios fluviais (61%)
pesca desportiva (19,9%)	Paintball 60%)
passeios todo-o-terreno (14,9%)	

Fonte: elaboração própria, com base em Kastenholz et al. (2010)

Com o objetivo de identificar diferenças em termos de atividades praticadas e desejadas, de acordo com o tipo de incapacidade, Figueiredo et al. (2012) levaram a cabo uma investigação que permitiu concluir que, de entre os grupos analisados, onde se inseriram as pessoas com incapacidades auditivas, motoras e visuais, foi efetivamente o grupo de incapacidades motoras que reportou ter realizado um leque mais diversificado de atividades, sobretudo de natureza *soft*.

5.5. Os benefícios obtidos em turismo de natureza pelas pessoas com incapacidades

Este ponto visa analisar os benefícios obtidos pelos indivíduos com incapacidades permanentes (sensoriais e motoras) no âmbito da realização de atividades na natureza. Na verdade, a literatura em torno dos benefícios referidos conta já com o contributo de diversos investigadores (Bergier, Bergier & Kubińska, 2010; Blichfeldt & Nicolaisen,

2011; Caldwell & Gilbert, 1990; Goodwin, Peco & Ginther, 2009; Hood & Carruthers, 2007; Jakubec et al., 2014; Moura et al., 2012; Przeclawski, 1995; Reuter et al., 2011; Rodiek, 2002; Zhang et al., 2017) (tabela 5.8).

Tabela 5.8. Investigadores e estudos sobre os benefícios do turismo de natureza obtidos pelas pessoas com incapacidades

Autores	Ano	Título do artigo/capítulo	Jornal/Revista	Tipo de incapacidade
Australian Sports Commission et al.	2011	Participation and non participation of people with disability in sport and active recreation		Auditiva, mental, motora, multideficiência e visual
Bergier et al.	2010	Environmental Determinants of Participation in Tourism and Recreation of People with Varying Degrees of Disability	<i>Journal of Toxicology and Environmental Health</i>	Motora
Blichfeldt et al.	2011	Disabled travel: not easy, but doable	<i>Current Issues in Tourism</i>	Motora
Caldwell et al.	1990	Leisure, health, and disability: A review and discussion	<i>Canadian Journal of Community Mental Health</i>	
Goodwin et al.	2009	Hiking excursions for persons with disabilities; experiences of interdependence.	<i>Therapeutic Recreation Journal</i>	Motora
Hood et al.	2007	Enhancing Leisure Experience and Developing Resources: The Leisure and Well-Being Model, Part II.	<i>Therapeutic Recreation Journal</i>	
Jakubec et al.	2014	‘I Can Reinvent Myself Out Here’: Experiences of Nature Inclusion and Mental Well-Being	<i>Research in Social Science and Disability</i>	Motora
Moura et al.	2012	Turismo acessível: recurso de coping para gerir o stress na incapacidade	RIA – Repositório Institucional da Universidade de Aveiro	Auditiva, motora e visual
Przeclawski	1995	Tourism and its role to people with special needs	<i>Progress in Tourism of People with Special Needs</i>	
Reuter et al.	2011	Effects of a flexibility and relaxation programme, walking, and nordic walking on Parkinson’s disease.	<i>Journal of Aging Research</i>	
Rodiek	2002	Influence of an Outdoor Garden on Mood and Stress in Older Persons.	<i>Journal of Therapeutic Horticulture</i>	
Zhang et al.	2017	Health-Promoting Nature Access for People with Mobility Impairments: A Systematic Review	<i>International Journal of Environmental Research and Public Health</i>	Motora

Fonte: elaboração própria, com base em Bergier et al. (2010), Blichfeldt et al. (2011), Caldwell et al. (1990), Goodwin et al. (2009), Hood et al. (2007), Jakubec et al. (2014), Moura et al. (2012), Przeclawski (1995), Reuter et al. (2011), Rodiek (2002) e Zhang et al. (2017)

As pessoas com incapacidades, tal como todas as outras, sentem o desejo de explorar a natureza (Lais, McAvoy & Frederickson, 1992). Na verdade, o desejo de explorar e de conhecer coisas novas sempre foi uma característica do ser humano, sendo que as pessoas com incapacidades, quer sejam temporárias ou permanentes, não fogem a esta realidade.

Geralmente, a presença de uma incapacidade (seja qual for) não impede a pessoa de visitar os espaços naturais (McAvoy et al., 2006). Outros investigadores constataam precisamente isso, frisando também que estas pessoas, por terem vontade de testar os seus limites (físicos e mentais), decidem assim aventurar-se em atividades mais desafiadoras, em comparação com as ditas “normais”, almejando, ao mesmo tempo, serem aceites e integradas juntamente com pessoas desprovidas de incapacidades (Conradson, 2005; Lais et al., 1992). Contudo, é importante realçar que todas estas experiências são vividas de forma muito mais intensa em comparação às pessoas providas de todas as suas capacidades (Daniels, Rodgers & Wiggins, 2005; Shaw et al., 2004; Smith & Hughes, 1999).

No que toca aos benefícios físicos obtidos pelas pessoas com incapacidades em contacto com a natureza, há investigadores que realçam que as atividades na natureza são fundamentais para o melhoramento das capacidades e aptidões físicas (Bergier et al., 2010; Caldwell et al., 1990; Przeclawski, 1995; Zhang et al., 2017).

Além disso, Bergier et al. (2010) demonstraram, com base num dos seus estudos, que as atividades realizadas em contacto com a natureza são fulcrais na mudança de uma vida sedentária para uma vida mais ativa. Concretamente, Zhang et al. (2013), analisando atividades como o *kayaking* e a canoagem, verificaram que os participantes sentiram uma maior força e vigor físicos após a sua realização, sendo que os que apresentavam doença de Parkinson, experienciaram muito mais alterações positivas na sua mobilidade aquando da sua interação com o meio natural, em comparação com os processos de reabilitação física a que são submetidos normalmente nas instituições onde vivem.

Relativamente à saúde das pessoas com incapacidades, ficou demonstrado que as atividades na natureza podem ser um importante aliado na melhoria do funcionamento do sistema cardiorrespiratório, na redução da pressão arterial, bem como na estabilização do ritmo cardíaco (Reuter et al., 2011). Neste sentido, verificou-se que os efeitos destas atividades continuaram a sentir-se após o seu término (Reuter et al., 2011).

Tendo em conta a mudança atual de um estilo de vida passivo para um estilo de vida mais ativo, os benefícios das atividades na natureza podem muito bem estender-se

temporalmente, isto é, em vez de estas atividades se limitarem apenas a reproduzir efeitos positivos durante e imediatamente após a sua realização, podem efetivamente criar efeitos na saúde e bem-estar dos participantes, prolongados por períodos temporais longos (Reuter et al., 2011).

Na esfera psicológica, ficou comprovado que as atividades recreativas e de lazer em contacto com a natureza contribuem para o divertimento, para o relaxamento, e, acima de tudo, contribuem para a fuga e para o esquecimento temporário de rotinas que diariamente costumam impor numerosas regras às pessoas com incapacidades (Caldwell et al., 1990; Zhang et al., 2017).

Outros autores constataram que os participantes nas atividades na natureza vivenciaram efeitos positivos ao nível da melhoria do estado de humor, bem como a diminuição de sentimentos negativos e autodestrutivos, designadamente a raiva, a frustração e a depressão, no decorrer e logo após a realização destas dinâmicas (Bergier et al., 2010; Rodiek, 2002). Os participantes do estudo puderam ainda sentir os seus níveis de confiança e de automotivação em níveis mais elevados, com o término da realização de percursos pedestres em ambientes montanhosos fisicamente exigentes (Zhang et al., 2017).

De uma forma geral, os indivíduos que participaram nas três investigações reunidas por Zhang et al. (2017) ficaram muito mais aptas para conseguir enfrentar os seus desafios diários (em inglês, existe um termo designado por *coping*, que é resumidamente o ato de o organismo desenvolver mecanismos de controlo e de adaptação perante fontes de stress, procurando, assim, encarar de forma otimista e com confiança os numerosos desafios que nos surgem no quotidiano).

Curiosamente, nos três estudos reunidos por Zhang et al. (2017), as pessoas com incapacidade motora que participaram em *kayaking* no mar referiram que foi um orgulho terem saído temporariamente das suas cadeiras de rodas, podendo experienciar a sensação de voltar a ser “normal”. Além disso, os participantes nos estudos referidos obtiveram como benefícios, uma maior sensação de liberdade e de renovação mental, associados à sua libertação temporária de condição de incapacitado, podendo assim equiparar-se às pessoas ditas “normais” (Rodiek, 2002).

No plano social, deve destacar-se a capacidade de as atividades na natureza promoverem uma maior inclusão social das pessoas com incapacidades, havendo assim condições para o desenvolvimento de novos contactos, bem como para o desaparecimento

gradual de estereótipos e preconceitos existentes, ao colocar as pessoas com incapacidade e a restante população em conjunto (Bergier et al., 2010; Caldwell et al., 1990; Jakubec et al., 2014; Przeclawski, 1995).

Concretamente, Zhang et al. (2017), focando-se na sua amostra de pessoas com incapacidades que participaram em atividades como a canoagem e o *skiing*, concluíram que estes indivíduos conseguiram demonstrar uma maior tolerância para com os outros, bem como uma maior propensão para interagirem com outras pessoas.

Na vertente cognitiva, os participantes em atividades de natureza que integraram vários estudos afirmaram ter registado melhorias cognitivas, indispensáveis para a execução de tarefas diárias complexas que exigem um maior esforço mental (Caldwell et al., 1990; Rodiek, 2002). Já em termos espirituais, os mesmos participantes afirmaram ter sentido uma maior conexão espiritual, graças ao contacto com os elementos sensoriais da natureza, nomeadamente os cheiros, o som da água a correr, bem como o chilreio dos pássaros (Jakubec et al., 2014; Rodiek, 2002).

Jakubec et al. (2014), no âmbito de uma investigação de carácter qualitativo (cuja recolha de dados foi feita com recurso a entrevistas semiestruturadas), identificaram e agruparam os benefícios que as atividades em contacto com a natureza representam nas pessoas com incapacidades em duas categorias, nomeadamente a “a ativação sensorial” e a “**autorreinvenção**” (Jakubec et al., 2014: pp. 221-226).

Verificou-se, em primeiro lugar, que as pessoas que integraram a amostra do estudo de Jakubec et al. (2014), independentemente do seu tipo de incapacidade, deram valor a sensações simples da natureza, que passam despercebidas muitas vezes aos nossos sentidos, como o som da água a correr, o experimentar sabores de comidas com vista para um lago, ou até mesmo sentir o calor do sol. Pode, então, afirmar-se que se cria uma espécie de conexão espiritual entre estas pessoas e a natureza, que é benéfica para o seu bem-estar e equilíbrio (emocional e mental).

Além disso, ficou também constatado que muitos dos participantes no estudo de Jakubec et al. (2014) puderam experimentar uma sensação única. Neste sentido, estes autores atribuem a esta segunda categoria o nome de “autotransformação” (pp. 221-226). Este é um processo mental que permitiu a estas pessoas viajar no tempo e recordar épocas da sua vida em que ainda não possuíam qualquer incapacidade, pelo que puderam voltar a ser “normais”.

Outro dos aspetos referidos por todos os participantes da investigação de Jakubec et al. (2014) foi a vontade de permanecerem mais tempo em contacto com a natureza, o que nos permite concluir que esta é uma “segunda casa” para eles, justamente porque aí se sentem, de facto, confortáveis e felizes. As rotinas destas pessoas costumam impor-lhes regras, impedindo-as de sentir e de apreciar a vida.

Em suma, as atividades em contacto com a natureza permitem uma mudança de foco em termos de prioridades, “uma paragem no tempo e no espaço”, aspetos importantes para que se possa desfrutar em pleno e ao máximo de cada experiência (conforme tabela 5.9).

Tabela 5.9. Benefícios obtidos pelas pessoas com incapacidades em turismo de natureza

Benefícios	Descrição	Autores
Físicos	<ul style="list-style-type: none"> - Fortalecimento das capacidades físicas (maior vigor físico) - Mudança de uma vida sedentária para uma vida mais ativa - Melhor funcionamento do sistema cardiorrespiratório - Redução da pressão arterial - Estabilização do ritmo cardíaco 	Bergier et al. (2010) Caldwell et al. (1990) Przecławski (1995) Reuter et al. (2011) Zhang et al. (2017)
Psicológicos	<ul style="list-style-type: none"> - Melhoria no estado de humor - Maior relaxamento - Níveis de confiança e de automotivação superiores - Diminuição de sentimentos autodestrutivos, nomeadamente a raiva e a frustração - Níveis de cortisol em níveis mais baixos - Fuga e esquecimento temporário das rotinas 	Bergier et al. (2010) Caldwell et al. (1990) Rodiek (2002) Zhang et al. (2017)
Sociais	<ul style="list-style-type: none"> - Novos contactos - Maior inclusão social - Diminuição do sentimento de isolamento - Maior tolerância para com os outros - Maior propensão para interagirem e cooperarem com outras pessoas 	Bergier et al. (2010) Caldwell et al. (1990) Jakubec et al. (2014) Przecławski (1995) Zhang et al. (2017)
Cognitivos	<ul style="list-style-type: none"> - Maior desenvolvimento cognitivo - Desenvolvimento da personalidade 	Caldwell et al. (1990) Rodiek (2002)
Espirituais	<ul style="list-style-type: none"> - Maior conexão espiritual com os vários elementos da natureza (sons, cheiros e paisagens naturais) 	Jakubec et al. (2014) Rodiek (2002)

Fonte: elaboração própria, com base em Bergier et al. (2010), Caldwell et al. (1990), Jakubec et al. (2014), Przecławski (1995), Reuter et al. (2011), Rodiek (2002) e Zhang et al. (2017)

Com o objetivo de averiguar se existiam diferenças em termos de benefícios obtidos por pessoas com incapacidades em atividades recreativas e de lazer, a Australian Sports Commission et al. (2011) e Moura et al. (2012) verificaram os seguintes resultados.

Quanto ao grupo de incapacidades motoras, este grupo foi o que reportou ter obtido benefícios mais relacionados com a socialização, bem como com a saúde e bem-estar (Australian Sports Commission et al., 2011), o que contrasta com Moura et al. (2012), ao terem verificado que foi efetivamente o grupo de incapacidades auditivas que mais referiu ter obtido benefícios ligados à componente da socialização.

Em relação à componente da socialização, o grupo de incapacidade motoras referiu que, com a realização de atividades recreativas e de lazer, conseguiu conhecer e estabelecer novos contactos (Australian Sports Commission et al., 2011).

O grupo de incapacidades motoras sentiu também um reforço ao nível dos seus músculos, uma melhoria do funcionamento do sistema cardiovascular e do sistema respiratório, bem como a diminuição da probabilidade de vir a contrair doenças variadas (Australian Sports Commission et al., 2011).

Em cada umas componentes propostas pela Australian Sports Commission et al. (2011), a noção de autorrealização está presente, na medida em que as pessoas com incapacidades motoras, para além de se conseguirem integrar socialmente, conseguem também superar os seus próprios limites (físicos e intelectuais). Por isso, existe, neste contexto, uma autorrealização em dois sentidos.

Ainda relativamente ao grupo de incapacidades motoras, Moura et al. (2012) constatarem que o grupo de incapacidades motoras foi o que mais obteve benefícios subjacentes à alteração de foco e ao rejuvenescimento. Por outras palavras, as atividades recreativas e de lazer realizadas proporcionaram, por um lado, uma mudança de ambiente a estes participantes. Por outro lado, ajudaram-nos a esquecer temporariamente os seus problemas.

Já o grupo de incapacidades visuais, à semelhança do grupo de incapacidades motoras, relatou também ter obtido benefícios mais ligados à componente da saúde e bem-estar (Australian Sports Commission et al., 2011). Neste sentido, referem-se um reforço ao nível dos músculos, uma melhoria do funcionamento do sistema cardiovascular e do sistema respiratório, a diminuição da probabilidade de vir a contrair doenças variadas, mas também um maior vigor físico, essencial para as mais variadas tarefas do dia-a-dia (Australian

Sports Commission et al., 2011). Conforme se verificou no grupo de incapacidades motoras, as pessoas com incapacidades visuais relataram ter também conseguido autorrealizar-se.

Por outro lado, o grupo de incapacidades auditivas afirmou ter obtido grande parte dos benefícios que os restantes grupos obtiveram. Para além destes benefícios, salientam-se a redução de stress e da tensão muscular, bem como um maior relaxamento (Australian Sports Commission et al., 2011).

Em suma, os grupos de incapacidades auditivas, motoras e visuais do estudo da Australian Sports Commission et al. (2011) apresentam, em comum, benefícios muito inerentes ao melhoramento da saúde e bem-estar. Por outro lado, os grupos com as incapacidades referidas que participaram na investigação de Moura et al. (2012) partilham, como benefícios obtidos, a socialização e o equilíbrio. Curiosamente, as amostras dos estudos da Australian Sports Commission et al. (2011) e de Moura et al. (2012) afirmaram ter obtido, em comum, benefícios ligados à socialização e o equilíbrio (mental e físico).

5.6. Conclusão

Este capítulo permitiu descobrir diferenças e aspetos em comum em termos de variáveis relacionadas com a prática de atividades recreativas e de lazer na natureza por pessoas com incapacidades.

Em termos de motivações, o grupo de incapacidades auditivas sente-se motivado essencialmente para a aquisição de novos conhecimentos, sendo de destacar igualmente a necessidade que estas pessoas têm de se libertarem e de alcançarem um equilíbrio mental, justamente devido às suas rotinas associadas a muito stress (Chikuta et al., 2017; Figueiredo et al., 2012).

Já no grupo de incapacidades motoras, para além da necessidade de melhorar o estado de humor, está também patente a noção de desenvolvimento e de autorrealização pessoais (Chikuta et al., 2017; Figueiredo et al., 2012). Isto quer dizer que estas pessoas encaram as atividades em contacto com a natureza como uma oportunidade de explorarem os seus próprios limites (físicos e mentais), mostrando aos outros, mas sobretudo a si mesmas, que, de facto, conseguiram realizar atividades, que à partida, só estariam ao alcance das pessoas ditas “normais”.

Por outro lado, o grupo de incapacidades visuais, para além das noções de desenvolvimento e autorrealização pessoais, bem como da necessidade de ocupar o tempo livre de alguma forma, costuma percecionar as atividades na natureza como uma oportunidade para ser aceite e integrado juntamente com pessoas ditas “normais” (Chikuta et al., 2017; Figueiredo et al., 2012).

Ficou também comprovado que o grupo de incapacidade motoras é o grupo de incapacidades que vive um maior número de constrangimentos, nomeadamente pessoais, sociais e ambientais (Australian Sports Commission et al., 2011; Figueiredo et al., 2012; Sit et al., 2002). Em comum, o grupo de incapacidades auditivas e o grupo de incapacidades visuais sentem, como constrangimento, a falta de companhia com quem viajar e realizar atividades em turismo de natureza.

No que concerne aos benefícios obtidos, não foram encontradas diferenças nos grupos de incapacidades auditivas, motoras e visuais. Em comum, todos estes indivíduos conseguiram conhecer e estabelecer contactos com pessoas novas, tendo conseguido, igualmente, alcançar um equilíbrio mental que lhes permitiu “recarregar” as energias, estando assim mais bem preparados para enfrentar novamente os vários desafios do dia-a-dia (Australian Sports Commission et al., 2011; Moura et al., 2012).

Por último, verificou-se que o grupo de incapacidades motoras praticou um leque mais alargado de atividades em turismo de natureza (Figueiredo et al., 2012). O mesmo sucede nas atividades desejadas, onde este grupo é o que está mais predisposto a realizar um maior número de atividades neste meio. Tudo isto pode ser um reflexo de uma personalidade aventureira, como sugeriram Figueiredo et al. (2012).

O próximo capítulo abordará, detalhadamente, a metodologia (de recolha e de análise de dados) deste projeto.

Capítulo VI – Metodologia

6.1. Introdução

Este capítulo visa explicar a metodologia que foi utilizada no estudo empírico realizado no presente projeto. Deste modo, o capítulo inicia-se com a identificação dos objetivos (geral e específicos), a que se segue a apresentação da metodologia de recolha de dados, definindo, para o efeito, o instrumento de recolha de dados, a população, a amostra, bem como a(s) técnica(s) de amostragem. Por fim, será descrita a metodologia de análise de dados aplicada neste projeto.

6.2. Objetivos do estudo empírico

O objetivo geral deste projeto consiste em analisar a importância das atividades baseadas no contacto com a natureza para as pessoas com incapacidades sensoriais e motoras. Concretamente, pretende-se verificar se existem diferenças em termos de variáveis relacionadas com a prática de atividades em turismo de natureza, de acordo com o tipo de incapacidade.

Esta investigação pretende assim ser útil em termos teóricos, bem como em termos práticos. Deste modo, a literatura atual subjacente ao turismo acessível vai ficar mais enriquecida com os resultados desta investigação. Estes resultados, uma vez aplicados na prática, vão procurar auxiliar os agentes turísticos na criação e no desenvolvimento de bens e serviços melhor ajustados às necessidades das pessoas com incapacidades permanentes (sensoriais e motoras).

Posto isto, a primeira pergunta a que esta investigação pretende dar resposta consiste em saber o seguinte: “Quais os motivos que conduzem as pessoas com incapacidades a realizar atividades na natureza?”. Com base em estudos de vários investigadores, foi possível agrupar estas motivações em três grandes categorias, recordando, uma vez mais, o desejo de enriquecimento pessoal, a necessidade de fuga em relação às rotinas, bem como o entusiasmo pela aventura (Anderson et al., 1997; Chikuta et al., 2017; Jaquette, 2005; McAvoy et al., 1989; McAvoy et al., 2006; Robb et al., 1987).

Seguidamente, este projeto visa dar resposta à questão: “que benefícios procuram os visitantes com incapacidades permanentes obter durante a realização de atividades de turismo de natureza?”. Com esta questão, pretende-se efetivamente responder a um dos objetivos específicos deste projeto, isto é, identificar as percepções formadas pelas pessoas com incapacidades acerca dos benefícios que esperam obter em contacto com a natureza. De facto, considerando estudos empíricos de diversos investigadores, ficou comprovado que estas percepções tendem a variar ao longo do tempo, estando sujeitas à existência de fenómenos ou elementos, muitos deles imprevisíveis e incontrolláveis pelo próprio Homem (Chen et al., 2013; de Bloom et al., 2009; de Bloom et al., 2010; de Bloom et al., 2011; Etzion, 2003; Gilbert et al., 2002; Kühnel et al., 2011; Nawijn et al., 2010; Nawijn 2011; Rodiek, 2002; Strauss-Blasche et al., 2005; Westman et al., 1997; Zhang et al., 2017).

A terceira pergunta que se almeja responder é a seguinte: “que constrangimentos são vivenciados pelas pessoas com incapacidades sensoriais e motoras no âmbito das atividades em turismo de natureza?”. Por um lado, podemos verificar que existem quatro grandes categorias de constrangimentos vividos pelas pessoas com incapacidades motoras, recordando, mais uma vez, os físicos, os estruturais, os intrapessoais, bem como os interpessoais (Bengtsson et al., 2006; Brascamp et al., 2002; Kearney et al., 2006; McAvoy et al., 2006; Rappe et al., 2006; Stoneham et al., 1997; Taylor et al., 1996).

A quarta questão que se pretende ver esclarecida é: “que benefícios foram obtidos pelas pessoas com incapacidade que integraram a amostra deste estudo empírico no contexto da realização de atividades em contacto com a natureza?”. Na verdade, esta questão encontra-se associada a um objetivo específico deste projeto, ou seja, identificar os benefícios obtidos pelas pessoas com incapacidades no âmbito da realização de atividades na natureza. Atualmente, existem diversos investigadores que têm desenvolvido estudos em torno deste tipo de benefícios (Bergier et al., 2010; Blichfeldt et al., 2011; Caldwell et al., 1990; Goodwin et al., 2009; Hood et al., 2007; Jakubec et al., 2014; Moura et al., 2012; Przecławski, 1995; Reuter et al., 2011; Rodiek, 2002; Zhang et al., 2017).

Assim, tendo como referência a literatura existente em termos de benefícios obtidos pelas pessoas com incapacidades no contexto das atividades na natureza, foi possível agrupar estes benefícios em cinco categorias, nomeadamente os psicológicos, os físicos, os cognitivos, os espirituais e os sociais (Bergier et al., 2010; Caldwell et al., 1990; Jakubec et al., 2014; Przecławski, 1995; Reuter et al., 2011; Rodiek, 2002; Zhang et al., 2017).

Por outro lado, constatamos igualmente que as pessoas com incapacidades auditivas e visuais são confrontadas com numerosos constrangimentos no contexto das atividades na natureza, nomeadamente os pessoais, os sociais, os ambientais, bem como os de divulgação de informação/programação (Lieberman et al., 2003; Prellwitz et al., 2007; Shields et al., 2016; Sit et al., 2002; Stuart et al., 2006; Tsai et al. 2005).

A quinta e sexta questões que se pretendem ver esclarecidas são: “quais são as atividades já praticadas pelas pessoas com incapacidades em contacto com a natureza?” e, além disso, “quais as atividades mais desejadas por este público?”. Investigadores verificaram que, no cômputo geral, a percentagem de pessoas com incapacidades que já realizaram atividades na natureza é consideravelmente inferior à percentagem que representa as pessoas com as mesmas limitações que desejam realizar o mesmo tipo de dinâmicas. Exemplos dessas atividades são os passeios todo-o-terreno, passeios a cavalo, bem como os percursos pedestres/montanhismo (Kastenholz et al., 2010).

A sétima e última pergunta a que este projeto visa dar resposta consiste no seguinte: “existem diferenças em termos de motivações, benefícios procurados, constrangimentos, benefícios obtidos, atividades praticadas, bem como atividades desejadas de acordo com o tipo de incapacidade?”. Na verdade, existem muito poucos estudos que exploram, em simultâneo, grupos de pessoas com incapacidades auditivas, motoras e visuais, comparando-os em termos de motivações, benefícios procurados, constrangimentos, benefícios obtidos, atividades praticadas, bem como atividades desejadas em turismo de natureza (Anderson et al., 1997; Chikuta et al., 2017; Moura et al., 2012; Sit et al., 2002). Este é, sem dúvida, um dos objetivos nucleares do presente projeto.

6.3. Recolha de dados

A população eleita para esta investigação foram as pessoas com incapacidades sensoriais e motoras (permanentes) residentes nos distritos de Coimbra e da Guarda. Do universo das pessoas visadas, procedeu-se apenas à seleção dos indivíduos que são atualmente utentes e/ou institucionalizados em três entidades de solidariedade social no nosso país. Neste sentido, destaca-se a ARCIL (Associação de Recuperação de Cidadãos Inadaptados da Lousã), a Associação de Surdos da Guarda, bem como a delegação da ACAPO (Associação dos Cegos e Amblíopes de Portugal) em Coimbra.

A ARCIL, a Associação de Surdos da Guarda e a ACAPO em Coimbra foram as instituições selecionadas para esta investigação empírica, por duas razões. Primeiramente, deve-se destacar o prestígio e o bom nome que estas entidades apresentam no que concerne à defesa dos direitos das pessoas com incapacidades no nosso país. Em segundo lugar, estas instituições mostraram disponibilidade em colaborar no meu projeto, facultando-me, para o efeito, contactos de vários utentes com as incapacidades desejadas para o meu estudo. Assim, decorreram, nos meses de maio e de junho de 2018, entrevistas com dez pessoas portadoras de incapacidades motoras, nove pessoas invisuais e dez pessoas “surdas”, perfazendo um total de 29 pessoas que integraram a amostra desta investigação.

As técnicas de amostragem utilizadas neste projeto foram a amostragem por conveniência e a amostragem do tipo bola de neve, ambas amostragens não aleatórias. Em primeiro lugar, a amostragem por conveniência revelou-se útil neste contexto, devido à dificuldade que existiu na obtenção de dados e por causa da escassez de recursos (tempo e dinheiro) (Breiby, 2015; Chikuta et al., 2017; Fredman et al., 2012; Jakubec et al., 2014). A amostragem do tipo “bola de neve” foi igualmente utilizada nesta investigação, uma vez que, a partir de alguns dos entrevistados, foi possível contactar outros indivíduos com incapacidades motoras e sensoriais (visuais e auditivas) para integrarem a amostra deste estudo (Kastenholz et al., 2010).

A entrevista foi considerada o instrumento de recolha de dados mais adequado para esta investigação, por quatro razões. Primeiramente, o facto de estarmos perante a necessidade de analisar um conjunto de construtos relacionados com atividades na natureza, nomeadamente as motivações, os benefícios procurados, os constrangimentos, bem como os benefícios obtidos, fez da entrevista o método ideal para recolher dados com um elevado grau de detalhe e de profundidade (Quivy et al., 1998; Vanderstoep et al., 2009; Veal, 2006).

De entre os tipos de entrevista que existem atualmente, a utilização das entrevistas do tipo semiestruturado permitiu um contacto direto e mais personalizado entre o investigador deste projeto e os indivíduos que integraram a amostra (Quivy et al., 1998). Na verdade, o carácter relativamente flexível destas entrevistas permitiu que existisse um equilíbrio entre perguntas de resposta livre (onde se deu maior flexibilidade aos entrevistados para exprimir opiniões sobre as suas experiências turísticas, concretamente no âmbito do turismo de natureza) e perguntas de resposta mais direta (Quivy et al., 1998).

No entanto, deve realçar-se que nem sempre as perguntas que constam do guião deste projeto foram colocadas com a ordem em que se apresentam neste documento, tendo cabido ao próprio investigador a função de apenas orientar os indivíduos, caso os mesmos se estivessem a afastar dos objetivos deste projeto (Quivy et al., 1998). Tudo isto reforça a natureza relativamente flexível das entrevistas semiestruturadas que foram efetivamente aplicadas.

O guião das entrevistas utilizado neste projeto procurou, conforme foi dito anteriormente, alcançar um equilíbrio entre perguntas de resposta mais direta e perguntas de resposta mais “aberta”/ livre. Assim, grande parte da estrutura e das perguntas que constam do guião desta investigação basearam-se nos estudos de Jakubec et al. (2014), Kastenholz et al. (2010), Moura (2014), bem como Zhang et al. (2017). O guião deste projeto apresentou quatro seções, nomeadamente uma seção com perguntas relacionadas com as práticas habituais em lazer e em turismo, seguida de uma seção com questões sobre as experiências na natureza das quais os entrevistados costumam usufruir (ver apêndice II).

Posteriormente, na seção número três do guião desta investigação empírica, surgem perguntas relacionadas com as perceções dos elementos da amostra acerca da importância das atividades na natureza, referindo-se, neste sentido, as motivações, benefícios procurados, constrangimentos, benefícios obtidos, atividades praticadas, bem como as atividades mais desejadas em turismo de natureza por estas pessoas com incapacidades. Na quarta e última seção, estão incluídas perguntas de âmbito sociodemográfico, relacionadas, entre outros, com a idade, o género, o estado civil e o rendimento mensal líquido dos entrevistados, conforme ilustra o apêndice II deste projeto.

As entrevistas com os três grupos de incapacidades da amostra deste projeto tiveram lugar em locais diferentes. Assim sendo, em primeiro lugar, as sessões com cada uma das pessoas com incapacidade motora tiveram lugar no CAO (Centro de Atividades Ocupacionais) da ARCIL. A sua duração variou entre 37 minutos e 1h08, com uma média de 47 minutos. Em segundo lugar, as entrevistas com os indivíduos portadores de incapacidades visuais decorreram na delegação da ACAPO em Coimbra, com uma duração situada entre os 21 minutos e os 54 minutos, apresentando uma média de, aproximadamente, 40 minutos. Em terceiro lugar, as pessoas com incapacidades auditivas foram entrevistadas via Skype, com a ajuda de um intérprete de língua gestual portuguesa. A sua duração variou entre os 55 minutos e 1h25, com uma média de 1h08. Por último, é

importante salientar que a maior parte das entrevistas foram realizadas pouco tempo depois dos participantes deste estudo terem realizado atividades na natureza (até 1 mês após o término destas dinâmicas).

6.4. Análise de dados

O tratamento da informação recolhida foi efetuado com base na análise de conteúdo do tipo temático-categorial das intervenções dos participantes que integraram esta investigação, com recurso ao software WebQDA (Web Qualitative Data Analysis) (Bardin, 2004; De Wever, Schellens, Valcke & Van Keer, 2006; Souza, Costa & Moreira, 2011a).

A análise de dados deste projeto teve em conta três grandes etapas, a saber, respetivamente, a fase de transcrição integral das entrevistas, a fase de codificação e de categorização das respostas dos inquiridos, bem como a elaboração de matrizes que permitem a comparação dos três grupos de incapacidades que compõem a amostra deste estudo (Souza et al., 2011a; Souza, Moreira & Costa, 2011b).

Na primeira etapa, procedeu-se efetivamente à transcrição integral do conteúdo das entrevistas dos participantes com incapacidades nesta investigação, agrupando as entrevistadas em três pastas, cada uma correspondente a um tipo de incapacidade.

Seguidamente, criaram-se categorias de respostas, considerando as categorias sociodemográficas e os construtos teóricos em análise neste projeto (ver apêndice II) (Souza et al., 2011a; Souza et al., 2011b). Desta forma, procedeu-se à categorização/codificação das respostas dos entrevistados, de acordo com as categorias criadas anteriormente, também designadas no WebQDA por “descritores”.

Por último, fez-se o questionamento dos dados, elaborando matrizes comparativas para os três grupos de incapacidades analisados neste projeto, tendo em conta os construtos já referidos, bem como algumas categorias sociodemográficas, nomeadamente as habilitações literárias e o rendimento mensal líquido dos participantes (Souza et al., 2011a; Souza et al., 2011b).

Finda a análise comparativa dos três grupos de incapacidades desta investigação, contrastaram-se todos os resultados desta investigação com a literatura existente em torno de cada um dos construtos explorados.

Capítulo VII – Análise e Discussão dos Resultados Empíricos

7.1. Introdução

O presente capítulo visa apresentar os resultados obtidos no âmbito da aplicação de um estudo empírico, os quais vão permitir dar resposta às questões de investigação deste projeto.

A análise dos resultados deste estudo empírico vai permitir compreender as perceções dos indivíduos com incapacidades (sensoriais e motoras) em relação à importância da realização de atividades em contacto com a natureza, identificando, deste modo, respetivamente, as motivações, os benefícios procurados, os constrangimentos, as atividades praticadas, as atividades mais desejadas, bem como os benefícios obtidos.

Com o fim de obter os dados empíricos desta investigação, foram aplicadas entrevistas semiestruturadas a 29 pessoas com incapacidades permanentes (nove invisuais, dez com incapacidade motora e dez com incapacidade auditiva). Deve destacar-se o carácter exploratório da presente investigação, tendo em conta que os resultados são apenas representativos da sua amostra, não havendo assim a possibilidade de extrapolação dos mesmos resultados para a população com as incapacidades referidas que reside em Portugal (Vanderstoep et al., 2009).

Este capítulo está estruturado em cinco pontos, nomeadamente uma introdução, a caracterização geral da amostra, a identificação dos principais construtos teóricos em análise (relembrando, uma vez mais, as motivações, os benefícios procurados, os constrangimentos, as atividades praticadas, as atividades mais desejadas, bem como os benefícios obtidos pelas pessoas com incapacidades que integram a amostra desta investigação em atividades na natureza), seguida de uma comparação destes grupos, considerando os construtos referidos. Por último, será feita uma conclusão.

7.2. Perfil sociodemográfico da amostra

Tal como referido no capítulo cinco (capítulo da metodologia) deste projeto, foram selecionadas 29 pessoas com incapacidades permanentes para integrar a amostra desta investigação, que residem atualmente nos distritos de Castelo Branco, Coimbra, Guarda,

Lisboa e Viseu. Destes 29 indivíduos referidos, dez pessoas apresentam incapacidades auditivas, dez pessoas possuem incapacidades motoras e as restantes nove pessoas têm incapacidades visuais.

Do total de elementos da amostra deste projeto, 23 são do sexo masculino e seis são do sexo feminino. No entanto, de acordo com o Instituto Nacional de Estatística (2012), em 2011, verificamos que a população portuguesa com incapacidades era constituída maioritariamente por mulheres, isto é, das 1 792 719 pessoas com incapacidade que residiam, nesse ano, em Portugal, 1 088 412 eram mulheres, o equivalente a cerca de 61% do universo de pessoas com incapacidades no nosso país.

As categorias de idade mais frequentes, isto é, a moda de idades, são os trinta anos e 47 anos (ambas as categorias com três pessoas registadas), sendo de salientar que a média de idades é de 45 anos, com um desvio-padrão de aproximadamente 14,25. Agrupando os elementos da amostra em classes etárias, desde os vinte anos até aos 69 anos, com uma amplitude de quatro unidades, constatamos que a classe de idades mais frequente é a classe entre os 45 e os 49 anos. Estes resultados divergem das conclusões do Instituto Nacional de Estatística (2012), que verificou que, em 2011, a classe etária com um maior número de pessoas com incapacidades foi a classe situada entre os 75 anos e os 79 anos, que contabilizou, nesse ano, 229 854 pessoas, o equivalente a cerca de 12,8% da população portuguesa com incapacidades.

Em termos de habilitações literárias, oito pessoas têm o 3ºciclo do Ensino Básico, sete têm Ensino Secundário e oito possuem Ensino Superior.

No que concerne ao distrito de residência, dezassete pessoas residem, atualmente, em Coimbra, sete vivem na Guarda, dois residem em Castelo Branco, um vive no distrito de Viseu, um reside no distrito de Lisboa e um vive no distrito de Leiria (ver tabela 7.1 e tabela 7.2).

Tabela 7.1. Género, idade, habilitações literárias e distrito de residência da amostra

Código	Género	Idade	Habilitações literárias	Distrito de residência
I1	Masculino	50	1º Ciclo do Ensino Básico	Coimbra
I2	Feminino	47	Secundário	Coimbra
I3	Masculino	28	Secundário	Coimbra
I4	Masculino	32	3º Ciclo do Ensino Básico	Coimbra
I5	Masculino	47	Secundário	Coimbra
I6	Masculino	67	2º Ciclo do Ensino Básico	Coimbra
I7	Masculino	49	Ensino Superior	Coimbra
I8	Masculino	47	3º Ciclo do Ensino Básico	Coimbra
I9	Masculino	62	3º Ciclo do Ensino Básico	Castelo Branco
M1	Masculino	24	3º Ciclo do Ensino Básico	Coimbra
M2	Masculino	25	2º Ciclo do Ensino Básico	Coimbra
M3	Masculino	25	Secundário	Coimbra
M4	Masculino	57	1º Ciclo do Ensino Básico	Coimbra
M5	Masculino	60	3º Ciclo do Ensino Básico	Coimbra
M6	Masculino	42	Ensino Superior	Coimbra
M7	Masculino	57	Ensino Superior	Leiria
M8	Masculino	58	3º Ciclo do Ensino Básico	Coimbra
M9	Feminino	56	Ensino Superior	Coimbra
M10	Masculino	49	Ensino Superior	Coimbra
S1	Masculino	36	Secundário	Guarda
S2	Masculino	45	Ensino Superior	Viseu
S3	Feminino	24	Secundário	Lisboa
S4	Masculino	30	3º Ciclo do Ensino Básico	Castelo Branco
S5	Feminino	43	Ensino Superior	Guarda
S6	Feminino	35	Ensino Superior	Guarda
S7	Masculino	22	Secundário	Guarda
S8	Masculino	66	1º Ciclo do Ensino Básico	Guarda
S9	Masculino	61	Não sabe ler, nem escrever	Guarda
S10	Feminino	61	3º Ciclo do Ensino Básico	Guarda

Fonte: elaboração própria, com base no WebQDA

Tabela 7.2. Divisão da amostra, de acordo com o grupo etário

Classe etária	Homens	Mulheres	Total
45-49	5	1	6
55-59	3	1	4
60-64	3	1	4
20-24	2	1	3
25-29	3	0	3
30-34	2	0	2
35-39	1	1	2
40-44	1	1	2
65-69	2	0	2
50-54	1	0	1

Fonte: elaboração própria

Relativamente à situação perante o trabalho, a maioria dos integrantes da amostra desta investigação está empregada, contabilizando 21 pessoas empregadas.

As classes de rendimentos predominantes nesta investigação são a classe situada entre os 250 euros (inclusive) e os quinhentos euros (exclusive), que contabiliza oito pessoas, bem como a classe compreendida entre os quinhentos euros (inclusive) e os 750 euros (exclusive), que regista dez pessoas (conforme a tabela 7.3).

Os resultados deste estudo suportam os resultados de vários investigadores, que afirmam que os rendimentos auferidos pelas pessoas com incapacidades são, em média, por ano, consideravelmente inferiores face aos rendimentos auferidos pelos indivíduos ditos “normais” (OHSU, 2016; Figueiredo et al., 2012; Schleien et al., 1988; Yin et al., 2018).

Ainda na categoria dos rendimentos líquidos mensais auferidos pelas pessoas com incapacidades da amostra deste projeto, é de realçar que houve três pessoas que não responderam a esta questão, por desconhecerem os seus rendimentos.

Analisando o estado civil da amostra desta investigação, verificamos que treze pessoas são casadas, doze pessoas são solteiras e quatro estão divorciadas (tabela 7.3), o que converge com os resultados de alguns investigadores, que constataram que, no geral, as pessoas com incapacidades encontravam-se casadas ou em união de facto (Chikuta et al., 2017; Figueiredo et al., 2012; Moura, 2014; OHSU, 2016).

É também de mencionar que a maior parte dos entrevistados neste projeto tem filhos (dezassete indivíduos), divergindo dos resultados de Moura (2014), que confirmou que a maior parte dos elementos da sua amostra não tinha filhos.

Na amostra deste projeto, grande parte dos elementos só tem um filho (isto é, sete pessoas), sendo de destacar a existência de uma pessoa que tem quatro filhos. Além disso, deve mencionar-se a existência de seis pessoas que têm dois filhos, bem como a existência de três pessoas que possuem três filhos. As restantes doze pessoas argumentaram não ter qualquer filho (tabela 7.3).

Tabela 7.3. Profissão, rendimento mensal líquido, estado civil e nº de filhos da amostra

Código	Profissão	Rendimento mensal líquido	Estado civil	nº filhos
I1	Reformado	Não sabe/Não respondeu	Solteiro	0
I2	Empregado	[250 €; 500 €[Divorciado	0
I3	Empregado	[500 €; 750 €[Solteiro	1
I4	Empregado	[250 €; 500 €[Solteiro	0
I5	Empregado	[500 €; 750 €[Casado	3
I6	Reformado	[250 €; 500 €[Casado	3
I7	Empregado	[2000 €;...[Casado	2
I8	Empregado	[500 €; 750 €[Casado	3
I9	Reformado	[500 €; 750 €[Solteiro	0
M1	Desempregado	Não sabe/Não respondeu	Solteiro	0
M2	Desempregado	Não sabe/Não respondeu	Solteiro	0
M3	Empregado	[500 €; 750 €[Solteiro	0
M4	Empregado	[750 €; 1000 €[Casado	1
M5	Empregado	[500 €; 750 €[Casado	1
M6	Empregado	[1250 €; 1500 €[Divorciado	1
M7	Empregado	[1750 €; 2000 €[Casado	4
M8	Empregado	[500 €; 750 €[Casado	1
M9	Empregado	[1000 €; 1250 €[Divorciado	2
M10	Empregado	[750 €; 1000 €[Casado	1
S1	Empregado	[500 €; 750 €[Solteiro	0
S2	Empregado	[750 €; 1000 €[Divorciado	1
S3	Desempregado	[250 €; 500 €[Solteiro	0
S4	Empregado	[250 €; 500 €[Casado	0
S5	Desempregado	[500 €; 750 €[Solteiro	2
S6	Empregado	[750 €; 1000 €[Solteiro	0
S7	Empregado	[500 €; 750 €[Solteiro	0
S8	Reformado	[500 €; 750 €[Casado	2
S9	Empregado	[500 €; 750 €[Casado	2
S10	Empregado	[500 €; 750 €[Casado	2

Fonte: elaboração própria

Dos nove invisuais que integraram a amostra deste projeto, sete revelaram ser cegos e dois disseram ser amblíopes. No campo dos dez deficientes motores, um é tetraplégico, cinco são paraplégicos, um é amputado e três são portadores de monoplegia. No universo dos dez surdos desta amostra empírica, oito indivíduos apresentam deficiência auditiva profunda, um é portador de deficiência auditiva severa e um apresenta deficiência auditiva leve.

Quando questionada sobre a altura da sua vida em que adquiriram a sua incapacidade, nove pessoas (cerca de um terço da amostra) referiu ser de origem congénita/de nascença (tabela 7.4).

Tabela 7.4. Categoria, subcategoria e data de aquisição da incapacidade de cada um dos elementos da amostra

Código	Categoria de incapacidade	Subcategoria de incapacidade	Quando obteve a incapacidade?
I1	Invisual	Cego	30 anos
I2	Invisual	Cego	16 anos
I3	Invisual	Cego	Congénito/de nascença
I4	Invisual	Amblíope	28 anos
I5	Invisual	Cego	15 anos
I6	Invisual	Cego	18 anos
I7	Invisual	Cego	14 anos
I8	Invisual	Cego	18 anos
I9	Invisual	Amblíope	45 anos
M1	Deficiente motor	Tetraplégico	Congénito
M2	Deficiente motor	Paraplégico	Congénito
M3	Deficiente motor	Amputado (Membros inferiores e braço esquerdo)	Congénito
M4	Deficiente motor	Paraplégico	35 anos
M5	Deficiente motor	Paraplégico	28 anos
M6	Deficiente motor	Paraplégico	31 anos
M7	Deficiente motor	Monoplegia (perna direita)	6 meses
M8	Deficiente motor	Monoplegia (braço direito)	6 anos
M9	Deficiente motor	Monoplegia (braço esquerdo)	6 anos
M10	Deficiente motor	Paraplégico	43 anos
S1	Surdo	Profunda	2 meses
S2	Surdo	Profunda	Congénito
S3	Surdo	Profunda	7 meses
S4	Surdo	Profunda	8 meses
S5	Surdo	Severa	Congénito
S6	Surdo	Leve	2 anos
S7	Surdo	Profunda	3 meses
S8	Surdo	Profunda	Congénito
S9	Surdo	Profunda	Congénito
S10	Surdo	Profunda	Congénito

Fonte: elaboração própria

Em termos de habilitações académicas, oito indivíduos afirmaram, neste estudo, possuir o 3º Ciclo do Ensino Básico, sendo de salientar também a existência de oito indivíduos que apresentam o Ensino Superior (pelo menos uma Licenciatura). Por último, sete indivíduos são detentores de Ensino Secundário Completo (12º ano concluído com êxito) (ver tabela 7.5).

Concretamente, neste estudo, o grupo com incapacidades motoras (quatro pessoas) é o grupo que possui habilitações académicas superiores (isto é, uma licenciatura ou um grau mais elevado), seguido do grupo com incapacidades auditivas (três pessoas) e, por último, o grupo com incapacidades visuais (uma pessoa), resultados que vão ao encontro de Figueiredo et al. (2012), que verificaram que as pessoas com incapacidades motoras tendem a apresentar habilitações superiores, comparativamente aos outros dois grupos referidos.

De acordo com o autor deste projeto, há uma razão que explica o fato de o grupo de incapacidades motoras apresentar níveis académicos mais elevados. Realmente, embora estejam limitados em termos motores, isso muitas vezes não interfere com o seu desempenho académico, tendo em conta que estes indivíduos possuem visão, e assim, conseguem captar informações e escrever mais fácil e rapidamente que as pessoas invisuais, conforme é possível verificar no seguinte relato:

- “Muito antes de eles terem essa incapacidade, os motores já tinham ensino superior (...) nós invisuais já é diferente, porque somos invisuais desde tenra idade (...) nós fazemos muito mais esforço mental e físico para nos orientarmos (...) aqueles que têm visão estão em vantagem em relação a nós (...) para eles basta usar o cursor do rato e fazer clique, que já conseguem aceder às coisas. Nós não usamos rato, usamos apenas o teclado, por isso é que também somos mais lentos a fazer as coisas, já para não falar que eles têm uma visão plena, mais ampla. Nós temos o dobro do trabalho, primeiro temos de explorar, para depois sim começar a escrever as coisas (...)” (I5).

Tabela 7.5. Habilitações académicas da amostra

Habilitação académica	Frequência absoluta
3º Ciclo do Ensino Básico	8
Ensino superior	8
Ensino secundário	7
1º Ciclo do Ensino Básico	4
2º Ciclo do Ensino Básico	1
Não sabe ler, nem escrever	1

Fonte: elaboração própria

Relativamente aos rendimentos mensais líquidos auferidos pela amostra deste estudo, podemos constatar que dez pessoas auferem rendimentos entre os quinhentos e os 750 euros (exclusive), oito pessoas apresentam rendimentos entre os 250 euros e os quinhentos euros (exclusive) e quatro pessoas possuem rendimentos entre os 750 euros e os mil euros (exclusive). Concretamente, o grupo dos invisuais obteve rendimentos mensais líquidos inferiores, o que pode ser explicado por apresentarem habilitações académicas inferiores.

Ora, de acordo com o Instituto Nacional de Estatística (2012), verificamos que a população residente em Portugal auferiu, em 2011, em média, 891 euros. Assim sendo, concluímos, neste estudo, que os rendimentos mensais líquidos auferidos pelas pessoas com incapacidades são semelhantes aos rendimentos auferidos pela população residente em Portugal. (ver tabela 7.6).

Tabela 7.6. Rendimento mensal líquido auferido pela amostra

Rendimento (em euros e em classes)	Frequência absoluta
[500 €; 750 €[13
[250 €; 500 €[5
[750 €; 1000 €[4
Não sabia/Não respondeu	3
[1000 €; 1250 €[1
[1250 €; 1500 €[1
[1750 €; 2000 €[1
> = 2000 €	1

Fonte: elaboração própria

No que concerne à situação perante o trabalho, confirmamos, neste projeto, que a maior parte da amostra (21 pessoas) está empregada, distanciando-se assim de outros investigadores, cujos resultados indicavam que os elementos das suas amostras tendiam a estar desempregados (Figueiredo et al., 2012) (tabela 7.7).

Concretamente, neste estudo, existem mais pessoas com incapacidades motoras empregadas, um fato que se pode explicar por apresentarem habilitações académicas elevadas, o que lhes dá uma grande vantagem na altura da aquisição de um posto de trabalho. Figueiredo et al. (2012) constataram isso mesmo, isto é, tende a existir um maior número de pessoas com incapacidades motoras inserido no mercado de trabalho.

Tabela 7.7. Situação perante o trabalho da amostra

Situação	Frequência absoluta
Empregado/a	21
Desempregado/a	4
Reformado/a	4

Fonte: elaboração própria

7.3. Análise das práticas turísticas da amostra

Podemos constatar, de facto, que os entrevistados deste projeto realizam atividades turísticas muito diversificadas.

Em relação à altura da vida em que começaram a viajar, vinte pessoas reportaram ter começado antes dos dezoito anos. Para além disso, dezoito pessoas relataram que costumam viajar entre uma vez e cinco vezes por ano, sobretudo no Natal, Páscoa e nas férias de verão, resultado que contrasta com Kastenholtz et al. (2010), que verificaram que as pessoas com incapacidades da sua amostra costumavam viajar apenas uma vez por ano.

Na verdade, as pessoas com incapacidades preferem a designada época baixa, visto que existem menos constrangimentos financeiros (Burnett et al., 2001; Figueiredo et al., 2012; Van Horn, 2002).

No entanto, visto que muitas das pessoas com incapacidades precisam de acompanhamento (nomeadamente por falta de autonomia e de independência) e este

acompanhamento geralmente só poder ser feito nas épocas de interrupções escolares, estes indivíduos optam, assim, por viajar nas designadas épocas “altas”, isto é, períodos em que se registam, por norma, mais fluxos turísticos (Figueiredo et al., 2012; Kastenholz et al., 2010).

Este estudo permitiu constatar que grande parte da amostra (22 pessoas) costuma viajar nos meses de verão (entre junho e setembro). Outro dado de relevo consiste no fato de 25 pessoas terem afirmado viajar por motivos de lazer, recreação e entretenimento, ou seja, para descansarem e também para se divertirem, desfrutando de atividades no destino (Frändberg & Vilhelmson, 2003; Huh & Singh, 2007; Var, Yesiltas, Yayli & Öztürk, 2011). Deve, por último, realçar-se que a maioria costuma viajar acompanhada (25 pessoas) (Figueiredo et al., 2012; Hartikka, 2014; Kastenholz et al., 2010; Neumann et al., 2004) (conforme a tabela 7.8).

Tabela 7.8. Caracterização das viagens dos elementos da amostra

Data de início das viagens		Frequência de viagens por ano		Época (s) do ano em que costuma viajar		Tipo de viagens		Viaja sozinho ou acompanhado?	
Escalão etário (e mãos)	Frequência absoluta	Número de vezes (por ano)	Frequência absoluta	Época	Frequência absoluta	Tipo	Frequência absoluta	Sozinho ou acompanhado?	Frequência absoluta
Antes dos 18	20	1 vez-5 vezes	18	Verão	22	Lazer/recreação/entretenimento	25	Acompanhado	25
18-24	5	Pelo menos 10 vezes	5	Primavera	10	Visita a familiares e/ou amigos	13	Sozinho	4
A partir dos 25 (inclusive)	4	Não costuma viajar	2	Inverno	9	Negócios/profissionais	3		
		Menos de 1 vez	2	Qualquer época	3				
		6 vezes-9 vezes	2	Outono	1				

Fonte: elaboração própria

Quanto aos destinos para onde costumam viajar, cinco pessoas referiram fazê-lo no concelho da Lousã, justamente um destino de turismo de natureza, conhecido pela sua serra e pelas suas aldeias de xisto situadas em harmonia com a natureza (ver tabela 7.9).

Tabela 7.9. Destinos e tipos de destino de viagem dos elementos da amostra

Destinos de viagem		Tipos de destino	
Locais	Frequência absoluta	Tipos	Frequência absoluta
Lousã	5	Natureza	22
Nenhum destino em particular	5	Culturais	19
Alentejo	4	De sol e praia	12
Lisboa	3		
Miranda do Corvo	3		
Braga	2		
Coimbra	2		
Distrito da Guarda	2		
Estrangeiro	2		
Figueira da Foz	2		
Nazaré	2		
Região Norte	2		
Vila Real	2		
Algarve	1		
Arouca	1		
Aveiro	1		
Beira Interior	1		
Distrito de Castelo Branco	1		
Fátima	1		
Luxemburgo	1		
Região Centro	1		
Suíça	1		

Fonte: elaboração própria

Neste projeto, procuramos também entender as razões dos entrevistados para não viajarem mais. Assim, quatorze pessoas afirmaram não ter nenhum impedimento para tal, sendo de realçar a existência de onze pessoas que afirmaram sentir-se limitadas em termos financeiros para poderem viajar mais, resultado que corrobora Kastenholz et al. (2010).

Outro aspeto relevante a salientar é a existência de cinco pessoas que relataram sentir-se limitadas pela falta tempo disponível para poderem viajar, conforme podemos verificar nos seguintes excertos:

- “Pois, o dinheiro faz sempre falta para viajar” (I4);
- “(...) Por mais que gostasse de conhecer novos destinos, as razões económicas são sempre um obstáculo para viajar” (M9).
- “É tanta coisa no dia-a-dia, trabalho, família, que acabo por não ter muito tempo para sair de casa” (S4);
- “Aqui em casa só podemos tirar férias na Páscoa e no verão, que é quando a família também pode. E depois também temos de tomar conta dos nossos netos, e isso acaba por tirar-nos tempo para fazer outras coisas como viajar” (S10).

Por outro lado, verificamos que algumas das razões que os nossos entrevistados nos apontaram como sendo determinantes para não viajarem mais são também referidas noutros estudos, nomeadamente a falta de companhia com quem viajar, a falta de segurança no destino, bem como a falta de dinheiro disponível para se poder usufruir das experiências em turismo (Kastenholz et al., 2010), conforme podemos constatar através dos seguintes testemunhos:

- “Estou tão habituada a viajar em grupo que, se me faltar esse apoio, prefiro não o fazer de todo” (I2);
- “Para mim como sou amblíope é difícil andar sozinho, tenho sempre receio de não conseguir conhecer locais novos. Assim, se tiver alguém ao meu lado, torna-se tudo mais fácil “ (I4).
- “Uma pessoa claro está quer saber se o local é seguro. Ainda por mais quando se viaja com a família e tendo uma deficiência como eu“ (M8).

Outra das questões apresentadas aos entrevistados consistiu em identificar os fatores que estes valorizam na escolha das suas viagens. Assim, dezassete pessoas consideraram muito importante conhecerem a oferta turística nos destinos (nomeadamente atrações, pontos de interesse cultural, atividades e serviços) que possa ir ao encontro das suas motivações e necessidades. Já sete pessoas consideraram igualmente importante conhecer o destino ao nível das suas acessibilidades, isto é, saber se o destino em questão apresenta condições para atender de forma eficaz as suas necessidades e desejos. Por outro lado, três pessoas afirmaram ser vital conhecer as atitudes e comportamentos da população dita

“normal” residente num destino face à questão da incapacidade, conforme podemos verificar nos seguintes excertos de entrevista:

- “Quando escolho um local, gosto de saber como é que as pessoas “normais” lidam com pessoas com deficiência visual (...)” (I4);
- “Dou muito valor ao conhecimento de novas culturas, pelo que, antes de viajar, tenho em conta um conjunto de elementos, como as atrações e pontos de interesse que posso visitar nos destinos” (I7);
- “Antes de viajar, faço sempre pesquisas e tento ter um cuidado especial em estar informado se os hotéis são acessíveis para pessoas como eu que estão em cadeiras de rodas. O mesmo também costumo fazer para os transportes públicos e para as atrações” (M3).

Comparando os resultados deste projeto com outros estudos, verificamos que vários dos fatores que as pessoas com incapacidades valorizam na escolha das suas viagens são também referidos por Figueiredo et al. (2012) e por Kastenholz et al. (2010), nomeadamente o conforto da viagem e da estadia no destino, a perceção de segurança no destino, a existência de informação acessível de acordo com o tipo de incapacidade e com o tipo de acessibilidade em questão, o acompanhamento especializado proporcionado a estas pessoas, a localização favorável do alojamento em relação a atrações, atividades e pontos de interesse, bem como as atitudes e formas de atendimento dos prestadores de serviços.

Já Burnett et al. (2001) constataram que o custo de vida presente em qualquer destino é um fator preponderante no processo de tomada de decisão sobre a viagem a realizar por parte das pessoas com incapacidades, justamente um dos resultados obtidos neste projeto (conforme tabela 7.10).

Tabela 7.10. Razões para não viajar e fatores que a amostra valoriza na escolha das viagens

Razões para não viajar		Fatores que valoriza na escolha das viagens	
Razão	Frequência absoluta	Fator	Frequência absoluta
Nenhuma razão	14	Conhecimento da variedade de oferta turística no destino	17
Falta de dinheiro disponível	11	Nenhum em concreto	8
Falta de tempo disponível	5	Conhecimento das acessibilidades no destino	7
Compromissos variados (trabalho, família)	4	Atitudes e comportamentos da população	3
Falta de companhia	3	Saber com quem vai acompanhado	2
A esposa não gosta de sair de casa	1	Segurança	2
Baixa visão	1	Maior união em família e/ou com os amigos	2
Condições meteorológicas adversas	1	Relação qualidade/preço da oferta turística	2
Falta de motivação	1	Autonomia/independência	1
Insegurança no destino	1	O clima no destino	1
Não saber nadar	1	Presença de pessoas "surdas" no destino	1
Preço elevado dos combustíveis	1	Proximidade do alojamento em relação às praias	1
		Proximidade geográfica da residência em relação ao destino	1

Fonte: elaboração própria

Em relação às estratégias para contornar os obstáculos durante as viagens, ao nível do alojamento, oito pessoas responderam ter a necessidade de pedir ajuda a alguém que esteja próximo de si no momento, precisamente um dos resultados de Braithwaite e Eckstein (2003). Outro aspeto a referir é a existência de seis pessoas que costumam mudar de alojamento, sempre que estes obstáculos afetem a sua estadia no alojamento escolhido.

Já ao nível das atrações, à semelhança do que acontece nos alojamentos, oito pessoas afirmaram, neste estudo, ter uma tendência para pedir ajuda a alguém próximo, nos momentos em que realmente necessitam, o que vai ao encontro de Braithwaite et al. (2003). Além disso, quatro entrevistados relataram optar por outra atração, caso não haja uma oferta turística adaptada às suas necessidades.

Por outro lado, quinze pessoas relataram neste projeto, conforme sucede no alojamento e nas atrações, ter uma propensão para pedir ajuda quando estão em transportes públicos,

um resultado também verificado por Braithwaite et al. (2003). Além disso, duas pessoas com incapacidades auditivas referiram utilizar um dispositivo GPS quando estão a viajar dentro de transportes públicos. Isto porque a grande maioria das pessoas ditas “normais” não tem conhecimentos em Língua Gestual Portuguesa que lhes permitam comunicar com as pessoas ditas “surdas”. Desta forma, estes indivíduos recorrem a este tipo de dispositivos para se poderem orientar e, assim, chegar ao destino pretendido.

Em suma, concluímos que, tanto ao nível dos alojamentos, nas atrações, bem como ao nível dos transportes, houve sempre pessoas com incapacidades a solicitar ajuda a terceiros, como podemos verificar através dos relatos providenciados pelos seguintes entrevistados:

- “(...) Uma vez fui com um grupo a um parque de diversões e, a certa altura, afastei-me. Quando dei por ela, não sabia de ninguém. Tive mesmo de pedir ajuda a um funcionário para que me guiasse ao resto do grupo. Para mim é mais complicado por causa da cegueira.” (I2);
- “Das várias vezes em que eu ficava hospedado num hotel, no caso de algo correr menos bem, telefonava para a receção para pedir ajuda.” (M4);
- “Quando vou no meu carro e ele avaria, peço ajuda a alguém para contactar a assistência de viagem.” (S6).

Outra conclusão que podemos tirar com base nos resultados é a existência de entrevistados que, independentemente do contexto, isto é, quer ao nível do alojamento, quer ao nível das atrações, bem como ao nível dos transportes, afirmaram ter que mudar de local, justamente pelo fato de os serviços em causa não estarem devidamente adaptados às suas necessidades, conforme podemos constatar nos seguintes excertos:

- “Se não houver ajuda tanto do motorista tanto dos outros passageiros, é evidente que uma pessoa como eu tem que escolher outro transporte, sem dúvida nenhuma.” (S3);
- “Para mim isso do alojamento é muito fácil de resolver. Ou satisfazem as minhas necessidades, ou então opto por campismo.”(S4).
- “Sinceramente não vejo grande preocupação das pessoas em entender-nos. Não entendem porque também não querem, não se esforçam, não lhes dá jeito. Nos museus, por exemplo, eu e a minha mulher somos muitas das vezes forçados a ir

embora, porque não há nenhum tradutor de Língua Gestual Portuguesa que nos acompanhe durante a visita, é muito triste.” (S8) (ver tabela 7.11).

Tabela 7.11. Estratégias da amostra para contornar os obstáculos durante as suas viagens

No alojamento		Nas atrações		Nos transportes	
Estratégias	Frequência absoluta	Estratégias	Frequência absoluta	Estratégias	Frequência absoluta
Pedir ajuda	8	Pedir ajuda	8	Pedir ajuda	15
Mudar de alojamento	6	Optar por outra atração	4	Uso de GPS	2
Acompanhamento de um monitor	1	Consultar um guia turístico	3	Optar por outro transporte	1
Apoio dos amigos	1	Recorrer a mímica, desenhos e palavras simples	2	Pedir ajuda ao motorista	1
Escolher um quarto perto do elevador	1	Acompanhamento de um monitor	1	Uso de prótese auditiva	1
Consultar um guia turístico	1	Apoio em escadas	1	Sentar-se perto da saída	1
Optar por fazer campismo	1	Recorrer a descrições em braille	1	Usar transporte próprio	1
Usar prótese auditiva	1	Prótese auditiva	1		
Reclamar	1				
Suportes para as mãos na casa de banho (na banheira e no poliban)	1				

Fonte: elaboração própria

7.4. Identificação e comparação dos construtos em análise

7.4.1. Motivações

Em turismo de natureza, as motivações, de forma resumida, são razões que impulsionam os visitantes a quererem usufruir de atividades em contacto com este meio.

Os resultados deste estudo empírico permitem-nos concluir que as motivações mais frequentemente mencionadas pelos entrevistados foram o conhecimento de novos destinos (doze pessoas), seguido da aquisição de novos conhecimentos e do convívio com “surdos” (ambas com nove respostas), bem como a quebra de rotina e o convívio (ambas com seis respostas) (tabela 7.12).

Tabela 7.12. Motivações da amostra em turismo de natureza

Motivações	Frequência absoluta
Conhecer novos destinos	12
Novos conhecimentos	9
Convívio com surdos	9
Convívio	6
"Fugir" da rotina	6
Contactar com a natureza	4
Viver novos desafios/ novas aventuras	2
Existência de poucas pessoas nos espaços verdes	1
Paixão pela pesca	1
Desejo de adrenalina	1
Causas solidárias	1
Motivos académicos/ profissionais	1
Recomendações de amigos	1
Incentivo dos filhos	1

Fonte: elaboração própria

Assim, comparando os resultados deste projeto com a literatura, verificamos que grande parte das motivações referidas das pessoas com incapacidades é também salientada noutros estudos (Anderson et al., 1997; Chikuta et al., 2017; Figueiredo et al., 2012; Jaquette, 2005; McAvoy et al., 1989; Robb et al., 1987). Neste sentido, destacam-se a vivência de novos desafios/novas aventuras, o desejo de adrenalina, a fuga à rotina, bem como a aquisição de novos conhecimentos, como é possível observar nos seguintes excertos:

- “Gosto do desafio, de sair da minha zona de conforto, de explorar os meus próprios limites” (I3);
- “Sou um turista selvagem (...), gosto imenso de desportos radicais, daquela mistura de medo e de adrenalina no sangue!” (I5);
- “(...), mas qualquer pessoa que seja aventureira como eu preza por viver novas experiências quando vai de férias, porque nós vivemos é de isto, das experiências na vida (...). Quando escolho os sítios para onde quero viajar (...), é mais pelo conhecimento de novas realidades (cidades, regiões) que me acrescentam valor e me enriquecem” (I7);
- “Eu nas minhas viagens valorizo sempre a descoberta de novos sítios, em cada local há sempre muita coisa que se pode aprender” (M7).

Contudo, este projeto revela o aparecimento de uma motivação que não consta da literatura. Na verdade, ficou comprovado que a existência de causas solidárias é também

um motivo que influencia a realização destas atividades, como argumenta o seguinte entrevistado:

- “Eu fiz a caminhada mais pela solidariedade, pela causa” (M1).

Já quando comparamos os grupos de incapacidades da amostra deste projeto, verificamos que o grupo de incapacidades auditivas se sente mais motivado para socializar e estabelecer novos contactos, sobretudo com pessoas com a mesma condição. Já o grupo de incapacidades motoras encara a natureza como um meio propício para superar os seus limites físicos e mentais (isto é, com vista à autorrealização pessoal). Por outro lado, o grupo de incapacidades visuais sente-se predisposto a viver novas aventuras e novos desafios (ver tabela 7.13).

Tabela 7.13. Sistematização das principais motivações dos inquiridos, segundo o tipo de incapacidade

Motivações	Auditiva	Motora	Visual	Total
Conhecer novos destinos	6	3	3	12
Novos conhecimentos	4	4	1	9
Convívio com surdos	9	0	0	9
Convívio	0	3	3	6
"Fugir" da rotina	2	3	1	6
Contactar com a natureza	1	3	0	4
Viver novos desafios/ novas aventuras	0	0	2	2
Calma/Existência de poucas pessoas nos espaços verdes	0	1	0	1
Paixão pela pesca	1	0	0	1
Desejo de adrenalina	0	0	1	1
Causas solidárias	0	1	0	1
Motivos académicos/ profissionais	0	1	0	1
Recomendações de amigos	0	1	0	1
Incentivo dos filhos	1	0	0	1

Fonte: elaboração própria

Nesta investigação, destaca-se ainda o fato de nove das dez pessoas que compuseram o grupo de incapacidades auditivas da amostra terem referido, como motivação para realizar

atividades na natureza, o convívio com pessoas que partilham a mesma incapacidade, como podemos verificar no seguinte relato:

- “Seja na natureza, seja onde for, claro que se estiverem surdos nessas atividades, obviamente que ficarei mais satisfeito” (S1);
- “Para mim, o fato de ter a companhia de outras pessoas surdas nas atividades é uma espécie de alívio para mim, eles sim conseguem entender-me” (S3);
- “Ah, João (...), aos surdos não lhes interessa tanto as atividades, preferem sempre saber se há surdos nos locais para onde vão, isso sim” (S5);

Com base nos relatos providenciados pelos entrevistados S1, S3 e S5 fica mais claro que a presença de outros surdos nas atividades em contacto com a natureza constitui uma motivação fundamental para a realização das atividades em questão. Na verdade, estes sentem-se muito mais confortáveis na presença de outros surdos, já que se conseguem entender uns aos outros, pelo que as experiências em turismo de natureza tornam-se muito mais gratificantes.

7.4.2. Benefícios procurados

Os benefícios procurados, aplicados ao contexto do turismo de natureza, são proveitos que os visitantes e os transeuntes procuram obter com a realização de atividades em contacto com a natureza.

Posto isto, os resultados desta investigação permitem-nos verificar que os benefícios procurados que obtiveram mais respostas foram o “relaxamento/descontração” (quinze respostas), seguido da “renovação mental” (com oito respostas) e, em terceiro lugar, “respirar ar puro e saudável” (seis respostas), conforme revelam os seguintes entrevistados:

- “Nas atividades na natureza? Então, procuro relaxar, descomprimir do trabalho, esquecer as preocupações (...) (I2);
- “Eu vou essencialmente pelo relaxamento, para me sentir bem comigo próprio” (M4);
- “Quero principalmente desanuviar a cabeça, tenho tantas preocupações ao longo do ano, que isto acaba por ser um escape para mim” (M9);
- “Vou para a natureza, porque preciso de recarregar as minhas energias (...)” (S1).

Os relatos providenciados pelos entrevistados I2, M4, M9 e S1 refletem a importância percebida pelas pessoas com incapacidades face à realização de atividades em turismo de natureza.

Na verdade, os indivíduos com incapacidades são muitas vezes submetidos a rotinas diárias que lhes costumam impor numerosas regras (Caldwell et al., 1990; Zhang et al., 2017). Desta forma, eles vivem muito mais intensamente as experiências na natureza, em comparação com as pessoas ditas “normais” (Daniels et al., 2005; Shaw et al., 2004; Smith et al., 1999).

Outro dos aspetos a destacar é a grande valorização dos indivíduos com incapacidades visuais em relação a elementos tão simples da natureza, que passam muitas das vezes despercebidos aos nossos olhos. Compreensivelmente, tal fato pode explicar-se pela ausência total ou parcial de visão, o que contribui para o desenvolvimento e aperfeiçoamento de outros sentidos, como a audição.

Em suma, as atividades realizadas em contacto com a natureza são uma excelente oportunidade para os indivíduos com incapacidades se “libertarem”, ainda que temporariamente, permitindo-lhes assim obter vários benefícios, que, no seu conjunto, vão ser determinantes no melhoramento da sua saúde e bem-estar (ver tabela 7.14).

Tabela 7.14. Benefícios procurados pela amostra em turismo de natureza

Benefícios procurados	Frequência absoluta
Relaxamento/descontração	15
Renovação mental	8
Respirar ar puro e saudável	6
Novas sensações	5
"Recarregamento" das energias	4
Prazer e bem-estar	3
Alívio do stress	3
Calma/tranquilidade	3
Autorrealização	2

Fonte: elaboração própria

Comparando os grupos de incapacidades da amostra deste projeto, verificamos que não se observam diferenças em termos de benefícios procurados, como se poderá observar na tabela 7.15, onde estão identificados os principais benefícios por tipo de incapacidade.

Tabela 7.15. Benefícios procurados em turismo de natureza, por tipo de incapacidade

Benefícios procurados	Auditiva	Motora	Visual	Total
Relaxamento/descontração	7	5	3	15
Renovação mental	5	2	1	8
Novas sensações	1	1	3	5
Respirar ar puro e saudável	3	1	0	4
"Recarregamento" das energias	2	2	0	4
Prazer e bem-estar	2	1	0	3
Alívio do stress	1	1	1	3
Calma/tranquilidade	0	1	1	2
Ausência de ruído/poluição	1	1	0	2
Autorrealização	0	2	0	2
Paz interior	0	0	1	1

Fonte: elaboração própria

7.4.3. Constrangimentos

Ao analisar os resultados deste estudo empírico, constatamos que a falta de dinheiro disponível foi o constrangimento mais referido pela amostra (onze pessoas), seguido da falta de acessibilidades físicas nos/para os destinos de turismo de natureza (nomeadamente desníveis acentuados, rampas muito inclinadas e infraestruturas com largura insuficiente para cadeiras de rodas) (dez pessoas) e, por último, a falta de tempo disponível (pelo fato de a atividade coincidir com um dia de trabalho) (seis pessoas).

Comparando os resultados deste projeto com a literatura, verificamos que grande parte dos constrangimentos referidos no presente projeto são também identificados noutros estudos, nomeadamente a falta de dinheiro disponível para poder viajar e realizar atividades na natureza, a falta de segurança nos destinos, a escassez de informação/comunicação, a falta de companhia com quem viajar e realizar atividades na natureza, bem como as atitudes e comportamentos discriminatórios (Bengtsson et al., 2006; Brascamp et al., 2002; Kearney et al., 2006; Lieberman et al., 2003; McAvoy et al., 2006; Prellwitz et al., 2007; Rappe et al., 2006; Shields et al., 2016; Sit et al., 2002; Stoneham et al., 1997; Stuart et al., 2006; Taylor, 1996; Tsai et al., 2005) (tabela 7.16).

Primeiramente, as pessoas invisuais, por mais que tenham grande vontade em realizar atividades na natureza, muitas vezes acabam por desistir da ideia, justamente por não terem companhia, conforme verificamos nos seguintes excertos:

- “Eu até gostava de viajar mais, mas quem é que vai comigo?” (I2);
- “(...) se eu tivesse amigos, familiares para viajar, aí sim, já dava para viajar mais (...)” (I4).

Por outro lado, alguns entrevistados com incapacidades motoras afirmaram sentir-se constrangidos com os olhares e comportamentos discriminatórios de que são vítimas por parte das pessoas ditas “normais”, algo que confirmamos nos seguintes testemunhos:

- “(...) e depois eles dizem ali vai o coitadinho! (...)” (M1);
- “(...) mas claro que há sempre aquelas pessoas que fazem comentários depreciativos em relação a nós” (M8).

Tabela 7.16. Constrangimentos da amostra em turismo de natureza

Constrangimentos	Descrição	Frequência absoluta
Pessoais	<ul style="list-style-type: none"> - Falta de dinheiro disponível - Falta de tempo disponível - Falta de autonomia/independência - Não poder tocar nas plantas, flores e outras espécies da flora - Não ter companhia - Sentir-se observado/desconfortável - Falta de motivação - Não saber nadar - Compromissos pessoais - Cansaço físico - Ir contra as árvores - Compromissos laborais - Ter filhos muito novos/pequenos - Falta de atleta-guia - Danos na bicicleta 	39

(Continua)

Tabela 7.16. Constrangimentos da amostra em turismo de natureza (Continuação)

Constrangimentos	Descrição	Frequência absoluta
Ambientais	<ul style="list-style-type: none"> - Falta de acessibilidades físicas nos/para os destinos - Obstáculos físicos - Má manutenção dos trilhos - Ausência de sinalização - Percursos acidentados/irregulares - Muita luminosidade de dia - Proximidade das residências dos visitantes em relação às áreas onde decorrem as atividades de turismo de natureza - Calor - Pouca segurança - Língua dos países - Mau tempo 	33
Sociais	<ul style="list-style-type: none"> - Discriminação - Falta de sensibilidade das pessoas ditas "normais" - A esposa não gosta de sair de casa 	7
De programação e de divulgação de informação	<ul style="list-style-type: none"> - Escassez de informação/comunicação - Dificuldade de comunicação em Língua Gestual Portuguesa 	3

Fonte: elaboração própria

Este projeto revela ainda o aparecimento de outros constrangimentos vividos por pessoas com incapacidades sensoriais e motoras em atividades de turismo de natureza.

Deste modo, destacam-se o não poder tocar nas plantas em espaços verdes, a existência de muita luminosidade durante o dia, bem como a dificuldade de comunicação em Língua Gestual Portuguesa (LGP).

Efetivamente, em Portugal, muitos dos profissionais em turismo não têm conhecimentos em LGP, essenciais para uma comunicação clara com as pessoas com incapacidades auditivas. A ausência destes conhecimentos gera, muitas das vezes, mal-entendidos, sendo de salientar que a mensagem pretendida raramente ou nunca é compreendida. Desta forma, estas pessoas costumam recorrer à ajuda, quando presentes, de familiares ou amigos, evitando-lhes muitos constrangimentos. Isto pode ser visto no seguinte testemunho:

- “Os maiores obstáculos são mesmo as pessoas ouvintes, pois muitas vezes tento comunicar com elas e algumas não fazem um esforço para me entenderem, é complicado. Também quando vamos visitar centros de interpretação ambiental que têm coisas escritas, como não sei ler, não entendo, pois se tivesse em língua gestual portuguesa, eu percebia (...) nestes espaços existe som, e nós não ouvimos, ficamos sem informação (...) nada está adaptado para nós surdos” (S9).

Outro dos constrangimentos referidos foi precisamente a falta de atletas-guia humanos em Portugal. Na verdade, estes atletas-guia, estando ou não associados a instituições de apoio à incapacidade visual, são profissionais qualificados com a responsabilidade de acompanhar pessoas com esta incapacidade durante a realização de atividades desportivas e recreativas. No caso particular de I7, este entrevistado tem, atualmente, à disposição um atleta-guia que o acompanha durante os seus treinos de corrida no Choupal, um espaço verde localizado na cidade de Coimbra.

Nos seguintes relatos, podemos ter uma melhor perceção de vários dos constrangimentos referidos:

- “(...) e depois temos muita luz de dia, é complicado para mim fazer o que quer que seja (...) tenho receio, porque penso que estou a ir bem mas de repente pum, bato contra a árvore” (I4);

- “Por exemplo, uma vez fui ao Jardim Botânico e não me deixaram tocar nas espécies de plantas que lá existiam, foi mesmo frustrante! Proibir as pessoas cegas de poder tocar é mau. Por mais que nos descrevam as coisas, só o toque é que permite ao cego verdadeiramente conhecer a realidade que o rodeia” (I5);

- “(..) e eu que fui durante tantos anos atleta de alta competição, dava-me jeito um atleta-guia para correr comigo, mas infelizmente isso não existe muito por aqui” (I7);

- “Aborrece-me as fitas que colocam ao pé das árvores, das flores, das plantas, porque assim sou obrigado a contorná-las ou passar ao lado e, por vezes, o guarda chama a atenção” (I8).

Ao analisarmos os relatos disponibilizados pelos entrevistados I4, I5 e I7 e I8, percebemos a importância que o toque representa nas pessoas invisuais. Estes indivíduos não podem usufruir plenamente das suas experiências turísticas em harmonia com a natureza, justamente porque lhes é restringido o toque. Assim, é perfeitamente compreensível o sentimento de frustração destas pessoas.

Outro dos constrangimentos que afetam as pessoas invisuais em turismo de natureza é a existência de muita luminosidade nos dias em que se realizam atividades. Este tipo de constrangimento leva a que a pessoa fique confusa mentalmente, começando a sentir dificuldades em termos de orientação espacial, o que pode provocar choques entre o indivíduo e árvores.

Ao compararmos os grupos de incapacidade neste projeto e na literatura em termos de constrangimentos, constatamos que tendem a existir mais semelhanças, do que propriamente diferenças.

Em relação às diferenças, verificamos neste projeto que o grupo de incapacidades visuais tende a sentir-se mais afetado pela falta de companhia com quem realizar atividades na natureza, o que contrasta com Figueiredo et al. (2012), que revela que, pelo contrário, o grupo de incapacidades auditivas tende a sentir-se mais constrangido pela falta de pessoas com quem realizar estas atividades.

Por outro lado, este projeto permitiu verificar que o grupo de incapacidades visuais tem uma maior propensão para se sentir mais afetado pela falta de dinheiro disponível, distanciando-se assim de outros estudos, que, pelo contrário, afirmam que o grupo de incapacidades motoras tende a sentir-se mais constrangido por este fato (Australian Sports Commission et al., 2011; Figueiredo et al., 2012).

Relativamente às semelhanças, tanto no presente projeto, como na literatura, o grupo de incapacidade motoras é o grupo que tende a sentir-se mais afetado pelas atitudes e comportamentos discriminatórios de que é vítima por parte de pessoas ditas “normais” (Bengtsson et al., 2006; Brascamp et al., 2002; Figueiredo et al., 2012; Kearney et al., 2006; Rappe et al., 2006; Stoneham et al., 1997; Taylor et al., 1996).

Além disso, as pessoas com incapacidades motoras tendem a sentir-se constrangidas pela localização geográfica desfavorável das suas residências/loais de trabalho face aos locais onde decorrem as atividades na natureza, corroborando, desta forma, o resultado de Australian Sports Commission et al. (2011).

Por último, o grupo de incapacidades motoras foi o grupo que, neste projeto, mais se queixou da falta de segurança nos destinos, resultado que converge com outras investigações, que constataram que este grupo tende a sentir-se mais afetado pela insegurança nos destinos (Figueiredo et al., 2012; Kearney et al., 2006; McAvoy et al., 2006). No entanto, outros estudos afirmam também que as pessoas invisuais tendem a

sentir-se constrangidas pela falta de segurança nos destinos de turismo de natureza (Figueiredo et al., 2012) (conforme tabela 7.17).

Tabela 7.17. Principais constrangimentos da amostra, por tipo de incapacidade

Constrangimentos	Auditiva	Motora	Visual	Total
Falta de dinheiro disponível	3	3	5	11
Falta de acessibilidades físicas nos/para os destinos	1	5	4	10
Falta de tempo disponível	3	3	1	7
Obstáculos físicos	0	1	4	5
Não poder tocar nas árvores, plantas e flores	0	1	3	4
Má manutenção dos trilhos	0	2	2	4
Não ter companhia	0	0	3	3
Sentir-se observado/desconfortável	0	3	0	3
Atitudes e comportamentos discriminatórios	0	3	0	3
Ausência de sinalização	2	0	1	3
Falta de sensibilidade das pessoas ditas "normais"	2	0	0	2
Grande dependência em relação a terceiros	0	2	0	2
Mau tempo	1	0	1	2
Dificuldade de comunicação em Língua Gestual Portuguesa	2	0	0	2
Danos na bicicleta	0	0	1	1
Falta de atleta-guia	0	0	1	1
Percursos acidentados/irregulares	0	0	1	1
Ter filhos muito novos/pequenos	0	0	1	1
Compromissos laborais	0	0	1	1
Muita luminosidade de dia	0	0	1	1
A esposa não gosta de sair de casa	0	0	1	1
Ir contra as árvores	0	0	1	1
Localização geográfica desfavorável	0	1	0	1
Calor	0	1	0	1
Falta de motivação	0	1	0	1
Pouca segurança nos destinos	0	1	0	1
Não saber nadar	0	1	0	1
Preço elevado da gasolina	1	0	0	1
Compromissos pessoais	1	0	0	1
Escassez de informação/comunicação	0	0	1	1
Língua dos países	0	0	1	1
Cansaço físico	0	1	0	1

Fonte: elaboração própria

7.4.4. Atividades realizadas

Este estudo empírico permite-nos verificar que os percursos pedestres (vinte pessoas) foram as atividades mais praticadas pela amostra, seguidos da escalada e do rappel (ambas com quatro pessoas registadas). Estas atividades são também mencionadas noutros estudos (Australian Sports Commission et al., 2011; Figueiredo et al., 2012; Kastenholz et al., 2010).

Comparando os resultados deste projeto com outros estudos, verificamos que, de entre as várias atividades na natureza, a amostra do presente projeto praticou um maior número de atividades de natureza *soft*, o que converge com os resultados de Australian Sports Commission et al. (2011), Figueiredo et al. (2012) e de Kastenholz et al. (2010), que verificaram que as pessoas com incapacidades tendem a praticar atividades com um menor esforço físico (isto é, de natureza *soft*) (conforme a tabela 7.18).

Tabela 7.18. Atividades realizadas pela amostra em turismo de natureza

Atividades	Frequência absoluta
Percursos pedestres	20
Visitar o museu do vinho	5
Escalada	4
Rappel	4
Pesca	3
Caiaque	3
Ciclismo (recreativo)	3
Descida da serra da Lousã em cadeira de rodas/joëlette	3
Canoagem	3
Slide	2
Futebol	2
Trail	2
Surf	1
Gaivota	1
Stand-up paddle adaptado	1
Ski	1
Corrida	1
Piqueniques	1
Parapente	1
Natação	1

Fonte: elaboração própria

Ora, à partida o grupo de incapacidades auditivas deste projeto podia ser considerado, de entre os três grupos analisados, o que apresenta melhores condições para poder realizar um maior número de atividades de natureza, graças ao fato de terem visão e capacidade

para se movimentarem com as suas próprias pernas, tal como os indivíduos ditos “normais”.

No entanto, as evidências empíricas desta investigação contrariam a perceção errada de que os surdos são as pessoas que realizam uma maior variedade de atividades na natureza.

Podemos, então, concluir que neste projeto foram efetivamente os invisuais que realizaram uma panóplia mais diversificada de atividades baseadas no contacto com a natureza (ver tabela 7.19). Um espírito mais aventureiro e com vontade de viver novos desafios pode justificar o que foi dito, conforme corroboram os seguintes entrevistados:

- “(...) o que me leva a fazer isto é o desafio, é quando eu digo que tenho de fazer, eu vou mesmo fazer (...) temos de ter vontade de perder alguns medos e descobrir novas sensações (...)” (I3);

- “Sou um turista selvagem, isto é, gosto de visitar a natureza, mas também gosto de visitar museus, ruínas. Gosto muito de desportos radicais (...)” (I5).

Tabela 7.19. Atividades realizadas pela amostra, por grupo de incapacidade

Atividades realizadas	Auditiva	Motora	Visual	Total
Percursos pedestres	5	8	7	20
Visitar museus do vinho	5	0	0	5
Escalada	0	0	4	4
Rappel	0	0	4	4
Pesca	2	1	0	3
Caiaque	0	0	3	3
Ciclismo/BTT	1	0	2	3
Descida da serra da Lousã em cadeira de rodas/joëlette	0	3	0	3
Canoagem	0	0	3	3
Slide	0	0	2	2
Futebol	1	1	0	2
Surf	0	0	1	1
Gaivota	0	0	1	1
Stand-up paddle adaptado	0	0	1	1
Trail	0	0	1	1

(Continua)

Tabela 7.19. Atividades realizadas pela amostra, por grupo de incapacidade (Continuação)

Atividades realizadas	Auditiva	Motora	Visual	Total
Ski	0	0	1	1
Corta-mato	0	0	1	1
Corrida	1	0	0	1
Piqueniques	0	0	1	1
Parapente	0	0	1	1
Natação	0	0	1	1

Fonte: elaboração própria

7.4.5. Atividades desejadas

Os resultados desta investigação permitem-nos verificar que os percursos pedestres (três pessoas), a escalada (duas pessoas) e o salto em paraquedas (duas pessoas) foram as atividades mais desejadas pela amostra.

Comparando os resultados deste projeto com outros estudos, verificamos que, de entre as várias atividades na natureza, a amostra do presente projeto deseja no futuro praticar atividades maioritariamente de natureza *soft*, convergindo assim com os resultados de Figueiredo et al. (2012) e de Kastenholz et al. (2010), que verificaram que as pessoas com incapacidades das suas amostras tendem a preferir atividades de menor esforço físico, ou seja, de natureza *soft* (conforme a tabela 7.20).

Tabela 7.20. Atividades desejadas pela amostra em turismo de natureza

Atividades	Frequência absoluta
Percursos pedestres	3
Escalada	2
Salto em paraquedas	2
Canoagem	1
Andar de jipe	1
Andar de cavalo	1
Pesca	1
Ginástica aeróbica	1
Descida em cestos no Funchal (Madeira)	1
Jet-ski	1
Conduzir um Kart	1

(Continua)

Tabela 7.20. Atividades desejadas pela amostra em turismo de natureza (Continuação)

Atividades	Frequência absoluta
Parapente	1
Rappel	1
Stand-up paddle adaptado	1
Voleibol	1
Meditação	1
Ciclismo (recreativo)	1
Usufruir de uma piscina com vista para a serra da Lousã	1
Visitar cascatas	1
Atividades em família	1
Correr com atleta-guia	1

Fonte: elaboração própria

Neste projeto, mais uma vez, o grupo de incapacidades visuais destaca-se dos restantes grupos, ao ter sido identificado como o grupo que tende a desejar realizar uma maior diversidade de atividades na natureza.

Para além disso, este estudo revela o aparecimento de atividades na natureza que não constam de outros estudos, designadamente a ginástica aeróbica, a descida em cestos no Funchal (célebre descida em cestos na ilha da Madeira), o jet-ski, condução de um kart, voleibol, o usufruto de uma piscina com vista para a serra da Lousã, a visita a cascatas, bem como corrida com um atleta-guia (humano) (ver tabela 7.21).

Tabela 7.21. Atividades desejadas pela amostra, de acordo com o tipo de incapacidade

Atividades	Auditiva	Motora	Visual	Total
Percursos pedestres	0	1	2	3
Escalada	0	1	1	2
Salto em paraquedas	0	1	1	2
Canoagem	0	0	1	1
Andar de jipe	0	0	1	1
Andar de cavalo	0	0	1	1
Pesca	1	0	0	1
Ginástica aeróbica	1	0	0	1
Descida em cestos no Funchal (Madeira)	0	0	1	1
Jet-ski	0	0	1	1
Conduzir um Kart	1	0	0	1
Parapente	0	1	0	1

(Continua)

Tabela 7.21. Atividades desejadas pela amostra, de acordo com o tipo de incapacidade (Continuação)

Atividades	Auditiva	Motora	Visual	Total
Stand-up paddle adaptado	0	1	0	1
Rappel	0	1	0	1
Voleibol	1	0	0	1
Meditação	0	0	1	1
Ciclismo (recreativo)	0	0	1	1
Usufruir de uma piscina com vista para a serra da Lousã	0	1	0	1
Visitar cascatas	0	1	0	1
Atividades em família	1	0	0	1
Correr com atleta-guia	0	0	1	1

Fonte: elaboração própria

7.4.6. Benefícios obtidos

Constatamos, a partir dos resultados deste projeto, que vários dos constrangimentos referidos são também mencionados noutros estudos, nomeadamente o relaxamento/descontração, o alívio do stress, bem como um maior vigor físico (Bergier et al., 2010; Caldwell et al, 1990; Przeclawski, 1995; Reuter et al., 2011; Rodiek, 2002; Zhang et al., 2017) (ver tabela 7.22).

Tabela 7.22. Benefícios obtidos pela amostra em turismo de natureza

Benefícios obtidos	Frequência absoluta
Prazer e bem-estar (físico e/ou mental)	17
Alteração de foco/equilíbrio	8
Sensação de liberdade	7
Relaxamento/descontração	4
Calma/tranquilidade	4
Autorrealização	3
Novas sensações	3
Respirar ar puro e saudável	3
Sentimento de orgulho	3
Alívio do stress	2
Melhor orientação espacial	1
Ausência de ruído	1
Maior vigor e energia	1

Fonte: elaboração própria

Comparando os grupos de incapacidade neste projeto, verificamos que o grupo de incapacidades auditivas foi o grupo que obteve maior vigor e energia físicos, algo que converge com o resultado de Australian Sports Commission et al. (2011), que constataram precisamente que este grupo tende a obter um vigor e energia reforçados com a realização de atividades na natureza. As mesmas entidades verificaram que o grupo de incapacidades auditivas tende a conseguir relaxar mais facilmente nas atividades na natureza.

Já o grupo de incapacidades motoras conseguiu autorrealizar-se, ou seja, superar os seus próprios limites (físicos e mentais). Este resultado aproxima-se de Australian Sports Commission et al. (2011), que concluiu que este grupo tende a conseguir superar os seus limites físicos e mentais, através da realização de atividades na natureza.

Para além disso, neste projeto, o grupo de incapacidade motoras conseguiu sentir melhorias ao nível da redução de stress. Por último, a alteração de foco/maior equilíbrio foi outro dos benefícios obtidos por este grupo em atividades de turismo de natureza, aproximando-se, assim, do resultado de Moura et al. (2012), que verificaram que o grupo de incapacidades motoras tende a conseguir alcançar um maior equilíbrio, do ponto de vista físico e mental, através da dinamização deste tipo de atividades.

Por outro lado, o grupo de incapacidades visuais relatou ter conseguido sentir as mais diversas sensações da natureza (nomeadamente sons e cheiros). Este dado reflete a grande sensibilidade que estas pessoas têm em relação aos vários elementos da natureza, sendo que muitos destes passam despercebidos aos nossos sentidos. Na verdade, estes indivíduos, por forma a colmatar a ausência de visão, desenvolveram e aprimoraram, ao longo do tempo, outros sentidos, nomeadamente a audição, conforme podemos concluir no seguinte excerto:

- “Nós invisuais não somos como vocês que têm visão (...) valorizamos muito mais os cheiros, os sons que a natureza nos proporciona (...). A pessoa tem de usufruir da viagem, tem de ouvir, de sentir a briza, cheirar as flores. Eu até costumo dizer às pessoas que tenho o seguinte lema: “VER - vai e repara”, isto é, os olhos são enganosos, se não conseguirmos sentir todas as sensações do local onde estamos” (I5);

- “A natureza não tem nada a ver com a cidade (...). Nós cegos conseguimos viver uma diversidade de sensações (desde cheiros, sons) que vocês “normais” não conseguem, coisa que também na cidade jamais seria possível” (I9).

Por último, deve realçar-se o fato de as pessoas invisuais terem conseguido registar uma melhor orientação espacial com a realização de atividades na natureza.

Houve, efetivamente, uma diversidade de benefícios obtidos que os grupos de incapacidades salientaram neste projeto.

A autorrealização, um termo que se pode definir como a capacidade de superação dos próprios limites (físicos e mentais) de cada pessoa com incapacidade, surge associado à sensação de liberdade e ao sentimento de orgulho.

Na verdade, o fato de se terem libertado, ainda que temporariamente, da sua condição de incapacitado, aliado à sua capacidade de terem testado de forma bem sucedida os seus limites intrapessoais, produziu, nestes entrevistados, uma enorme sensação de orgulho, de que, afinal de contas, até conseguem realizar as mesmas atividades que as pessoas ditas “normais”, apesar das suas limitações (sensoriais e/ou motoras). Podemos constatar isso mesmo através do seguinte relato:

- “É essencialmente o orgulho, especialmente quando me dizem que não sou capaz e depois mostro-lhes que consegui. É uma sensação espetacular!” (I3).

Por outro lado, muitos dos indivíduos com incapacidades motoras que foram entrevistados neste estudo reportaram ter sentido uma enorme sensação de liberdade quando realizavam atividades na natureza. Isto pode ser confirmado nos seguintes testemunhos:

- “(...) gosto muito de passear, sinto-me livre” (M1);

- “É uma sensação única, poderes-te rebolar no chão sem teres pessoas a julgar-te, é uma liberdade imensa” (M3).

No caso particular dos invisuais, as atividades realizadas na natureza são fulcrais no melhoramento da sua orientação espacial, já que eles recorrem ao tato e, através das diversas texturas que encontram, memorizam pontos de referência ao longo dos trajetos por onde se movimentam, algo que podemos concluir no seguinte relato:

- “(...) Vamos tocando nas coisas e assim criamos mentalmente pontos de referência, para quando voltarmos a esses sítios, ser mais fácil orientarmo-nos” (I5).

Ora, é perfeitamente natural que os indivíduos com incapacidades visuais tenham medo e ansiedade ao início, já que não se sentem familiarizados com os espaços na natureza. No entanto, quando regressam a estes locais, ficam com uma melhor noção espacial das áreas

visitadas, conseguindo, assim, realizar com menos constrangimentos as atividades neste meio. Podemos verificar precisamente isso no excerto do seguinte entrevistado:

- “Tenho medo, claro, quem é que não? quando vou pela primeira vez é normal que tenha medo...não conheço o sítio. Mas depois quando volto ao mesmo local, já é mais fácil para mim” (I3).

A alteração de foco mencionada pelos entrevistados da amostra deste projeto significa, resumidamente, o esquecimento temporário de todos os problemas e angústias vividos pela pessoa, permitindo-lhes desfrutar plenamente de cada experiência, conforme revela o seguinte indivíduo:

- “É extraordinário, parece que o tempo para quando estou no campo, não há mais nada à minha volta” (M8) (ver tabela 7.23).

Tabela 7.23. Benefícios obtidos pela amostra, segundo o tipo de incapacidade

Benefícios obtidos	Auditiva	Motora	Visual	Total
Prazer e bem-estar (físico e/ou mental)	6	5	6	17
Sensação de liberdade	0	4	3	7
Renovação/equilíbrio mental e físico	3	3	1	7
Relaxamento/descontração	2	2	0	4
Autorrealização	0	2	1	3
Calma/tranquilidade	0	2	1	3
Novas sensações	0	1	2	3
Respirar ar puro e saudável	0	2	1	3
Sentimento de orgulho	0	0	3	3
Alívio do stress	0	2	0	2
Alteração de foco/equilíbrio	0	1	0	1

(Continua)

Tabela 7.23. Benefícios obtidos pela amostra, segundo o tipo de incapacidade (Continuação)

Benefícios obtidos	Auditiva	Motora	Visual	Total
Melhor orientação espacial	0	0	1	1
Ausência de ruído	0	0	1	1
Maior vigor e energia físicos	1	0	0	1

Fonte: elaboração própria

7.5. Conclusão

Findo o capítulo sete, importa fazer algumas conclusões com base nos resultados do estudo empírico.

Assim, no que diz respeito às motivações em turismo de natureza, concluímos que o grupo de incapacidades visuais tende a procurar realizar atividades turísticas na natureza com muita adrenalina, um possível reflexo do seu espírito aventureiro. Já o grupo de incapacidades motoras tem uma maior tendência para se sentir mais motivado para desenvolver as suas aptidões físicas e mentais, estando igualmente disposto a superar os seus limites. Por outro lado, o grupo de incapacidades auditivas tem uma maior predisposição para socializar e estabelecer novos contactos com pessoas com a mesma condição.

Relativamente aos benefícios procurados em turismo de natureza, concluímos que, neste estudo, não existem diferenças entre os grupos de incapacidade analisados, tendo em conta que muitos destes benefícios foram reportados, tanto pelo grupo de incapacidades auditivas, pelo grupo de incapacidades motoras, como também pelo grupo de invisuais.

Verificamos, também, neste projeto, no que concerne aos constrangimentos em turismo de natureza, que o grupo de incapacidades visuais tende a sentir-se mais afetado pela falta de companhia com quem realizar atividades na natureza, bem como o que teve uma maior propensão para se sentir limitado pela falta de dinheiro disponível essencial para viajar e realizar atividades na natureza.

Já o grupo de incapacidade motoras possui uma maior tendência para se sentir afetado pelas atitudes e comportamentos discriminatórios de que é vítima por parte de pessoas

ditas “normais”, corroborando, assim, os resultados de outros investigadores (Bengtsson et al., 2006; Brascamp et al., 2002; Figueiredo et al., 2012; Kearney et al., 2006; Rappe et al., 2006; Stoneham et al., 1997; Taylor et al., 1996).

Além disso, são precisamente as pessoas com incapacidades motoras que apresentaram uma maior tendência para se sentirem constrangidas pela localização geográfica desfavorável das suas residências/loais de trabalho face aos locais onde decorrem as atividades na natureza, precisamente um dos resultados de Australian Sports Commission et al. (2011).

Outro dado de relevo no âmbito dos constrangimentos em turismo de natureza consiste no fato de o grupo de incapacidades motoras ter sido o grupo que, neste projeto, teve uma maior propensão para se queixar da falta de segurança nos destinos, convergindo, desta forma, com os resultados de outros estudos (Figueiredo et al., 2012; Kearney et al., 2006; McAvoy et al., 2006).

No que toca às atividades realizadas em turismo de natureza, concluímos que a amostra deste projeto praticou um maior número de atividades de natureza *soft* (Australian Sports Commission et al., 2011; Figueiredo et al., 2012; Kastenholz et al., 2010). Concretamente, foram os invisuais que realizaram uma panóplia mais diversificada de atividades baseadas no contacto com a natureza, muito provavelmente graças ao seu espírito mais aventureiro e com vontade de viver novos desafios.

Concluímos igualmente que a amostra deste projeto deseja no futuro praticar mais atividades de natureza *soft* (Figueiredo et al., 2012; Kastenholz et al., 2010). Em concreto, o destaque deve ser atribuído ao grupo de incapacidades visuais, por ter sido identificado como o grupo que prefere realizar uma maior diversidade de atividades na natureza.

Em termos de benefícios obtidos em turismo de natureza, o grupo de incapacidades auditivas apresentou uma maior tendência para desenvolver um maior vigor e energia físicos, o que vai ao encontro de um dos resultados de Australian Sports Commission et al. (2011). Além disso, este grupo teve também uma maior propensão para relaxar nas atividades na natureza, convergindo, assim, com outro dos resultados de Australian Sports Commission et al. (2011).

Já o grupo de incapacidades motoras teve uma maior tendência para se conseguir autorrealizar, ou seja, superar os seus próprios limites (físicos e mentais), corroborando um dos resultados de Australian Sports Commission et al. (2011). Além disso, este grupo

conseguiu registrar melhorias ao nível da redução de stress. É de realçar também que o grupo com incapacidades motoras grupo teve uma maior propensão para esquecer, ainda que temporariamente, todos os seus problemas pessoais, conseguindo, assim, alcançar um maior equilíbrio, resultado igualmente verificado por Moura et al. (2012).

Por outro lado, o grupo de incapacidades visuais relatou ter conseguido sentir as mais diversas sensações da natureza (nomeadamente sons e cheiros). Deve, por último, realçar-se o fato de estas pessoas terem conseguido registrar uma melhor orientação espacial com a realização de atividades na natureza.

Conclusão

8.1. Introdução

O principal objetivo deste projeto consistiu na compreensão da importância que as atividades em contacto com a natureza representam na vida das pessoas com incapacidades permanentes (sensoriais e motoras), identificando um conjunto de construtos relacionados com a prática destas dinâmicas, nomeadamente as suas motivações, os benefícios procurados, os constrangimentos, as atividades praticadas, as atividades desejadas, bem como os seus benefícios obtidos.

O capítulo da conclusão deste projeto propõe-se, assim, apresentar, em primeiro lugar, as conclusões gerais, referindo, de seguida, os seus contributos teóricos e algumas sugestões práticas. Posteriormente, serão referidas as principais dificuldades e limitações sentidas pelo autor ao longo do desenvolvimento deste estudo, finalizando com sugestões para estudos futuros na área do turismo acessível.

8.2. Conclusões gerais

Ao longo deste projeto, podemos constatar que o turismo acessível, embora seja visto por muitos stakeholders como um tipo de turismo estratégico para o desenvolvimento sustentável dos destinos turísticos, infelizmente, a sua importância continua a ser subvalorizada, sobretudo devido ao desconhecimento por parte dos agentes referidos em relação ao enorme potencial associado a este tipo de turismo.

Assim sendo, por mais que haja vontade e comprometimento dos stakeholders ligados ao turismo de natureza, na realidade, não existem grandes efeitos práticos visíveis no sentido de tornar a oferta de produtos, serviços e ambientes em linha com os princípios de desenho universal tão defendidos e expressos por Darcy et al. (2011).

O turismo acessível encontra-se associado a um conceito-chave: o efeito-multiplicador do turismo. Por outras palavras, o facto de a generalidade das pessoas com incapacidades viajarem quase sempre acompanhadas, isso tem repercussões práticas positivas nos destinos, ao promover um aumento muito significativo em termos de receitas (Buhalis et

al., 2005; Comissão Europeia, 2012-2013; Comissão Europeia, 2014; Figueiredo et al., 2012; Hartikka, 2014; Neumann et al., 2004; Shaw et al., 2004; Smith et al., 2013).

Por outro lado, destaca-se a lealdade que o mercado do turismo acessível tem vindo a demonstrar como outro fator ilustrativo do valor deste mercado para os destinos (Buhalis et al., 2005; Burnett et al., 2001; Poria, Reichel & Brandt, 2010; Ray & Ryder, 2003; Van Horn, 2002).

Deste modo, será um erro não encarar este tipo de turismo como vital para o sucesso, tanto do destino visitado, como para o sucesso de qualquer agente turístico, bem como para o desenvolvimento de um turismo mais inclusivo (Kastenholz et al, 2015).

Tendo sido um dos principais objetivos deste projeto, podemos identificar um conjunto de construtos relacionados com a prática de atividades em turismo de natureza. Posteriormente, procedemos à comparação dos grupos de incapacidade da amostra, tendo chegado a resultados muito impressionantes.

Assim, as motivações em turismo de natureza mais frequentemente mencionadas pelos entrevistados neste estudo foram o conhecimento de novos destinos, a aquisição de novos conhecimentos, o convívio com surdos, a quebra de rotina e o convívio com outras pessoas. Efetivamente, verificamos que grande parte destas motivações também é referida na literatura (Anderson et al., 1997; Chikuta et al., 2017; Figueiredo et al., 2012; Jaquette, 2005; McAvoy et al., 1989; Robb et al., 1987).

Comparando os grupos de incapacidades em termos de motivações em turismo de natureza, concluímos que o grupo de incapacidades visuais, por presumivelmente apresentar um espírito mais aventureiro, sente-se mais impulsionado para “fugir” à monotonia das suas rotinas, estando, assim, disposto a viver novas experiências e a adquirir novos conhecimentos. Já o grupo de incapacidades motoras sente-se mais motivado para desenvolver as suas aptidões físicas e mentais, estando igualmente disposto a superar os seus limites. Por outro lado, o grupo de incapacidades auditivas encara as atividades na natureza como uma grande oportunidade para socializar e estabelecer novos contactos com pessoas com a mesma condição.

Os benefícios procurados em turismo de natureza que obtiveram mais respostas foram o “relaxamento/descontração”, a “renovação mental” e “respirar ar puro e saudável”.

Concretamente, ao compararmos neste estudo os grupos de incapacidades em termos de benefícios procurados em turismo de natureza, concluímos que não existiram diferenças

entre os grupos de incapacidade analisados, tendo em conta que muitos destes benefícios foram reportados tanto pelo grupo de incapacidades auditivas, pelo grupo de incapacidades motoras, como também pelo grupo de invisuais.

Por outro lado, verificamos neste projeto que os constrangimentos em turismo de natureza tendem a variar de acordo com o tipo de incapacidade. Assim, o grupo de incapacidades motoras apresenta uma maior propensão para se sentir afetado pelos olhares e comportamentos discriminatórios de que são vítimas por parte das pessoas ditas “normais”, corroborando os resultados de outros estudos (Bengtsson et al, 2006; Brascamp et al., 2002; Figueiredo et al., 2012; Kearney et al., 2006; Rappe et al., 2006; Stoneham et al., 1997; Taylor et al., 1996).

Além disso, o grupo de incapacidades motoras teve também, nesta investigação, uma maior tendência para se sentir constrangido pela localização geográfica desfavorável das suas residências/locais de trabalho face aos locais onde decorrem as atividades na natureza, precisamente um dos resultados de Australian Sports Commission et al. (2011). Por último, o grupo de incapacidades motoras teve uma maior tendência para se queixar da falta de segurança nos destinos, resultado que converge com outras investigações (Figueiredo et al., 2012; Kearney et al., 2006; McAvoy et al., 2006).

Já o grupo de incapacidades visuais foi o grupo que, neste projeto, mais reportou sentir-se afetado pelo fato de não poder tocar nas plantas em espaços verdes, sendo também de realçar que foi este grupo que se queixou mais da existência de muita luminosidade durante o dia. Além disso, a falta de atletas-guia humanos em Portugal, bem como a falta de companhia com quem realizar atividades na natureza foram igualmente constrangimentos salientados pelo grupo de incapacidades visuais em turismo de natureza. Por último, deve destacar-se que este grupo teve uma maior propensão para se sentir mais afetado pela falta de dinheiro disponível, essencial para viajar e realizar atividades na natureza, o que está naturalmente associado ao seu salário mais baixo, igualmente relacionado com níveis de educação mais modestos. Apresenta-se, portanto, nesta amostra, como o grupo socio-economicamente mais desfavorecido.

Por outro lado, o grupo de incapacidades auditivas foi o grupo que, neste estudo, mais se sentiu afetado pela falta de profissionais com conhecimentos em Língua Gestual Portuguesa (LGP).

Relativamente às atividades realizadas em turismo de natureza, verificamos, neste estudo, que os percursos pedestres, a escalada e o rappel foram as atividades mais praticadas pela amostra, corroborando os resultados de outras investigações (Australian Sports Commission et al., 2011; Figueiredo et al., 2012; Kastenholz et al., 2010). Além disso, verificamos também que a amostra deste projeto teve uma maior tendência para realizar atividades de natureza *soft*, convergindo com os resultados de outros estudos (Australian Sports Commission et al., 2011; Figueiredo et al., 2012; Kastenholz et al., 2010).

Concretamente, foram os invisuais que realizaram uma panóplia mais diversificada de atividades baseadas no contacto com a natureza, muito provavelmente graças ao seu espírito mais aventureiro e com vontade de viver novos desafios.

No que concerne às atividades desejadas em turismo de natureza, verificamos nesta investigação que os percursos pedestres, a escalada e o salto em paraquedas foram as atividades mais desejadas pela amostra. Desta forma, podemos concluir que esta amostra sentiu uma maior predisposição para realizar no futuro atividades maioritariamente de natureza *soft*, precisamente um dos resultados de Figueiredo et al. (2012) e de Kastenholz et al. (2010).

Este projeto revelou também o aparecimento de atividades na natureza que não constam de outros estudos, designadamente a ginástica aeróbica, a descida em cestos no Funchal, o jet-ski, a condução de um kart, o voleibol, o usufruto de uma piscina com vista para a serra da Lousã, a visita a cascatas, bem como a corrida com um atleta-guia (humano).

Concretamente, o destaque deve ser atribuído ao grupo de incapacidades visuais, por ter sido identificado como o grupo que prefere realizar uma maior diversidade de atividades na natureza.

No que diz respeito aos benefícios obtidos em turismo de natureza, constatamos que, neste estudo, existe uma diversidade de benefícios em turismo de natureza obtidos pela amostra deste projeto.

Concretamente, verificamos que os benefícios obtidos tendem a variar segundo o tipo de incapacidade. Assim, o grupo de incapacidades auditivas foi o grupo que teve uma maior propensão para obter um maior vigor e energia físicos, corroborando o resultado de Australian Sports Commission et al. (2011). Além disso, foi também este grupo que

apresentou uma maior tendência para conseguir relaxar nas atividades na natureza, convergindo com outro dos resultados de Australian Sports Commission et al. (2011).

Já o grupo de incapacidades motoras foi o grupo que, neste projeto, teve uma maior predisposição para se autorrealizar, ou seja, superar os seus próprios limites (físicos e mentais), precisamente um dos resultados verificados por Australian Sports Commission et al. (2011). Sendo um resultado também verificado por Moura et al. (2012), este estudo permitiu constatar que o grupo de incapacidades motoras teve uma maior propensão para conseguir esquecer, ainda que temporariamente, as suas preocupações pessoais, alcançando, assim, um maior equilíbrio. Por último, é de salientar igualmente que este grupo conseguiu, neste projeto, registar melhorias importantes ao nível da redução de stress.

Por outro lado, o grupo de incapacidades visuais relatou ter conseguido sentir as mais diversas sensações da natureza (nomeadamente sons e cheiros). Por último, deve realçar-se o fato de estas pessoas terem conseguido registar uma melhor orientação espacial com a realização de atividades na natureza.

8.3. Contributos e sugestões desta investigação

Com o desenvolvimento deste projeto, ficou claro o grande interesse e o potencial do turismo de natureza para as pessoas com incapacidades, que geralmente viajam acompanhados.

Concretamente, ficou visível, neste estudo, o interesse das pessoas com incapacidades numa variedade de atividades de turismo de natureza, bem como particularidades por tipo de incapacidade, emitindo, assim, um desenvolvimento mais diferenciado da oferta acessível dos destinos turísticos.

Em termos teóricos, este projeto permitiu um melhor conhecimento do perfil das pessoas com incapacidades, sendo de frisar que, a partir de agora, a literatura que relaciona as pessoas com incapacidades e as atividades em contacto com a natureza ficará mais enriquecida com os resultados deste projeto. Como foi dito no início, este estudo possui, de facto, um carácter inovador, tendo em conta que procura analisar as diferenças entre três grupos de incapacidades, nomeadamente a auditiva, a motora e a visual.

Tendo sido verificado neste projeto que a falta de dinheiro disponível, a falta de acessibilidades físicas, bem como a falta de tempo disponível foram os principais constrangimentos referidos pela amostra, é importante sugerir um conjunto de ações que garantam uma experiência memorável e de qualidade aos praticantes com incapacidades.

Deste modo, é vital assegurar uma melhor limpeza, manutenção e vigilância das áreas naturais, mobilizando, para o efeito, voluntários e/ou contratando técnicos especializados. Tudo isto seria feito para facilitar a deslocação das pessoas com incapacidades. Se tal não for possível, deve procurar-se transferir os praticantes para outras áreas que garantam melhores condições de acessibilidade física para a prática de atividades na natureza.

Por outro lado, outro dos constrangimentos várias vezes referido pelos entrevistados com incapacidades visuais neste projeto foi a impossibilidade de tocar nas espécies de flora existentes nos espaços verdes, nomeadamente árvores, plantas e flores, bem como nos diversos materiais expostos em centros de interpretação animal e ambiental. Neste sentido, a introdução de luvas cirúrgicas, do tipo látex, sendo algo que I5 defende, poderá garantir, especialmente às pessoas com incapacidades visuais, uma experiência turística mais agradável, já que o toque para estas pessoas é fundamental para terem noção do espaço e da realidade que os rodeia. O toque é de facto os seus “olhos”.

Com vista a reduzir alguns estereótipos e comportamentos discriminatórios da sociedade em geral, o desenvolvimento de atividades na natureza que juntem pessoas ditas “normais” e as pessoas com incapacidades é muito importante para uma maior inclusão social, sendo também um valioso contributo para uma maior tomada de consciência por parte da população dita “normal” perante as dificuldades diárias por que passam os seus congéneres com incapacidades.

Além disso, a falta de oferta turística apoiada por Língua Gestual Portuguesa sugere a criação de cursos gratuitos neste âmbito para garantir experiências de maior valor para os turistas com incapacidades auditivas. Paralelamente, seria interessante apostar na formação deste tipo de guias que poderão vir a assumir um papel relevante para um público-alvo específico, oferecendo, deste modo, uma oportunidade de negócio ainda não aproveitada e a satisfação de uma necessidade sentida por alguns, mas com potencial de crescimento.

Por último, seria interessante o desenvolvimento de uma oferta de atividades que tivesse em conta o perfil, os hábitos e as motivações das pessoas com incapacidades, não esquecendo, evidentemente, os seus rendimentos e a sua faixa etária.

Na mesma linha, seria muito importante a existência de profissionais com formação e especializados no apoio e acompanhamento das pessoas com incapacidades no âmbito do desenvolvimento de atividades em contacto com a natureza.

8.4. Dificuldades e limitações sentidas neste projeto

Durante o desenvolvimento desta investigação, surgiram inevitavelmente algumas dificuldades e limitações, que, sendo certo que não impediram a concretização dos objetivos identificados inicialmente, levaram a que fossem criados caminhos alternativos e, consequentemente, novo conhecimento científico.

Em termos de dificuldades, estava previsto no início deste projeto que o público-alvo a analisar seriam as pessoas com incapacidades permanentes (sensoriais e motoras) e os seus acompanhantes, utilizando, para o efeito, a técnica de focus groups. No entanto, percebeu-se, algum tempo depois, que seria pouco viável a sua realização, tendo em conta a dificuldade em reunir, numa só sessão, um número significativo de pessoas com as incapacidades desejadas e os seus acompanhantes, bem como a limitação da pouca experiência do investigador deste projeto em moderar sessões desta natureza.

De facto, houve muita dificuldade em obter dados recentes para elaborar a revisão de literatura e a metodologia desta investigação, na medida em que muitas das solicitações de envio de documentos não chegaram a ser efetivamente atendidas por vários autores, destacando também a necessidade de pagar valores elevados para ter acesso aos arquivos mais recentes disponíveis. Como exemplo, realça-se a impossibilidade em ter conseguido reunir dados estatísticos sobre a população com as incapacidades desejadas residente nos distritos identificados neste projeto, nomeadamente Castelo Branco, Coimbra, Guarda, Leiria, Lisboa e Viseu.

Por outro lado, a obtenção de um número considerável de indivíduos para integrar a amostra deste projeto foi realmente um grande desafio. Felizmente, através do *word-of-mouth* e da enorme amabilidade de alguns entrevistados, foi possível inquirir outras pessoas com as incapacidades desejadas.

Em termos de limitações, primeiramente, a chuva que se fez sentir arruinou a recolha de dados no primeiro dia de entrevistas. Na verdade, tratava-se de uma escalada ao ar livre

direcionada para pessoas com incapacidades visuais, que foi adiada para uma semana depois.

Além disso, umas das grandes limitações encontradas e que teria certamente poupado tempo na recolha de dados, foi o encerramento da Associação de Surdos de Coimbra. Após várias tentativas de contacto e deslocações a esta entidade, percebemos que estava fechada há já alguns anos, não tendo havido sequer a sensibilidade e o respeito de informar os cidadãos deste ocorrido, tanto através do seu próprio site, como também através da publicação de folhetos junto da antiga entrada da instituição.

Por último, deve realçar-se o carácter exploratório e a natureza qualitativa deste projeto, que pretendeu, efetivamente, analisar as principais diferenças em termos de variáveis relacionadas com o turismo de natureza, de acordo com o tipo de incapacidade. Tendo em mente que a amostra deste projeto foi selecionada por conveniência, os seus resultados são apenas representativos da amostra inquirida, não podendo, assim, ser extrapolados para a população com incapacidades que reside em Portugal (Vanderstoep et al., 2009).

8.5. Sugestões para estudos futuros

Tendo em conta que existem investigações que analisam as pessoas com incapacidades, uma das sugestões deste projeto consiste no desenvolvimento futuro de mais estudos que identifiquem e comparem as diferenças entre os grupos de incapacidades permanentes em turismo de natureza, no que concerne aos construtos teóricos analisados ao longo deste projeto, justamente porque é uma das grandes lacunas que existe atualmente na literatura subordinada ao turismo acessível.

Este projeto possui um carácter exploratório e seguiu uma abordagem qualitativa. Ora, o principal interesse dos estudos qualitativos não é fazer generalizações, mas sim particularizar e compreender os sujeitos e os fenómenos na sua complexidade e singularidade (Bogdan & Biklen, 1994; Serrano, 2004). Tendo em conta também que a amostra deste projeto foi selecionada com base em critérios pessoais, isto é, por conveniência, mas também através da amostragem por “bola de neve”, isto significa que os resultados da amostra não são representativos da população portuguesa com incapacidades.

Com efeito, seria importante que, no futuro, se desenvolvessem estudos com uma abordagem mais quantitativa e, de preferência, com a utilização de técnicas de amostragem

aleatória. Desta forma, seria possível chegar a resultados mais fidedignos, permitindo criarem-se generalizações para a população de onde a amostra é originária.

Por outro lado, outra das sugestões deste projeto consiste no desenvolvimento futuro de sessões de focus groups que contassem com a presença, não só de pessoas com incapacidades sensoriais e motoras, mas também dos seus acompanhantes e dos agentes da oferta turística. A presença de todos estes stakeholders seria extremamente crucial para que todos percebessem as necessidades e desejos de cada um. No caso dos agentes da oferta turística, estes tornar-se-iam mais conscientes destas necessidades e desejos, quer das pessoas com incapacidades, quer dos seus acompanhantes, desenvolvendo, assim, bens e serviços melhor adaptados às solicitações destas pessoas.

Em suma, este projeto de investigação visa contribuir para a sensibilização, especialmente das entidades portuguesas com poder legislativo, já que são efetivamente estas entidades que podem desenvolver e implementar leis inclusivas e que satisfaçam, assim, as necessidades das pessoas com incapacidades. Em suma, com vista para uma sociedade mais equitativa e respeitadora das diferenças de cada pessoa.

Referências Bibliográficas

Aas, C., Ladkin, A. & Fletcher, J. (2005). Stakeholder collaboration and heritage management. *Annals of Tourism Research*, 32(1), 28-48. Doi: 10.1016/j.annals.2004.04.005

Active Tourism Organization (2002). Active Tourism. Disponível em: <http://www.active-tourism.com/Questions1ActTour.html>

Adventure Travel Trade Association & The George Washington University (2013). *Adventure Tourism Market Study 2013* [pdf]. Disponível em: <http://files.adventuretravel.biz/docs/research/adventure-tourism-market-study-2013-web.pdf>

Alén, E., Domínguez, T. & Losada, N. (2012). New Opportunities for the Tourism Market: Senior Tourism and Accessible Tourism. In M. Kasimoglu (ed.), *Visions for Global Tourism Industry - Creating and Sustaining Competitive Strategies* (pp. 139-166). Doi: 10.5772/38092

Aires, A., Quinta-Nova, L., Santos, L., Pires, N., Costa, R. & Ferreira, R. (2011). *Orientação - Desporto com Pés e Cabeça* [pdf]. Disponível em: https://www.fpo.pt/www/images/fpo/OrientacaoEscolas/livro_orientacao_desporto_com_pes_e_cabeca.pdf

Amaral, I. & Nunes, C. (2008). Educação, multideficiência e ensino regular: Um processo de mudança e atitude. *Diversidades*, 6(20), 4-9.

Anderson, L., Schleien, S. J., McAvoy, L., Lais, G. & Seligmann, D. (1997). Creating positive change through an integrated outdoor adventure program. *Therapeutic recreation journal*, 1(4), 214-229. Disponível em: https://www.wildernessinquiry.org/wp-content/uploads/2015/04/Anderson_Research_Creating_Positive_Change_19971.pdf

Atef, T. M. (2011). Assessing the ability of the Egyptian hospitality industry to serve special needs customers. *Managing Leisure*, 16(3), 231–242. Doi: 10.1080/13606719.2011.583410

Australian Sports Commission & University of Technology, Sydney (2011). *Participation and non-participation of people with disability in sport and active recreation*. Disponível em:

https://www.clearinghouseforsport.gov.au/__data/assets/pdf_file/0004/466870/Disability_Sport_Research_Report_FINAL.PDF

Baldin, E., Deadman, P. & Eagles, P. (2003). *Visitor statistics for conservation authorities in Ontario: Current status and methods*. Ontario, Canada: University of Waterloo.

Bell, S., Tyrväinen, L., Sievänen, T., Pröbstl, U. & Simpson, M. (2007). Outdoor Recreation and Nature Tourism: A European Perspective. *Living Reviews in Landscape Research*, 1(2), 5-37. Doi: 10.12942/lrlr-2007-2

Bengtsson, A. & Carlsson, G. (2006). Outdoor Environments at Three Nursing Homes: Focus Group Interviews with Staff. *Journal of Housing for the Elderly*, 19(3/4), 49-69. Disponível em:

http://www.ibrarian.net/navon/paper/Outdoor_Environments_at_Three_Nursing_Homes_Focu.pdf?paperid=18960029

Bergier, B., Bergier, J. & Kubińska, Z. (2010). Environmental Determinants of Participation in Tourism and Recreation of People with Varying Degrees of Disability, *Journal of Toxicology and Environmental Health, Part A*, 73(17-18), 1134-1140. Doi: 10.1080/15287394.2010.491042

Blichfeldt, B. & Nicolaisen, J. (2011). Disabled travel: not easy, but doable. *Current Issues in Tourism*, 14(1), 79–102. Doi: 10.1080/13683500903370159

Bogdan, R. & Biklen, S. (1994). *Investigação Qualitativa em Educação – uma introdução à teoria e aos métodos*. Porto: Porto Editora.

Braithwaite, D. O. & Eckstein, N. J. (2003). How People with Disabilities Communicatively Manage Assistance: Helping as Instrumental Social Support. *Journal of Applied Communication Research*, 31(1), 1-26. Doi: 10.1080/00909880305374.

Brascamp, W. & Kidd, J. (2004). Contribution of Plants to the Well-Being of Retirement Home Residents. *XXVI International Horticultural Congress: Expanding Roles for Horticulture in Improving Human Well-Being and Life Quality*, Toronto, Canada, 145–150. Doi: 10.17660/ActaHortic.2004.639.17

Breiby, M. A. (2015). Exploring Aesthetic Dimensions in Nature-Based Tourist Experiences. *Tourism Analysis*, 20(4), 369-380. Doi: 10.3727/108354215X14400815080361

Britton, R. (1980). *Alternatives to conventional mass tourism in the Third World*. Paper presented to the 76th Annual Meeting of the Association of American Geographers, Louisville, USA.

Buckley, R. (1994) A framework for ecotourism. *Annals of Tourism Research*, 21(3), 61–665. Doi: 10.1016/0160-7383(94)90126-0

Buckley, R., Pickering, C. & Weaver, D. B. (2003). *Nature-based tourism, environment and land management* [pdf]. Doi: 10.1079/9780851997322.0000

Buckley, R. C. (2009). *Ecotourism: Principles and Practices*. Queensland, Australia: CABI Tourism Texts.

Buhalis, D., Eichhorn, V., Michopoulou, E. & Miller, G. (2005). *Accessibility Market and Stakeholder Analysis, One-Stop-Shop for Accessible Tourism in Europe (OSSATE)* [pdf].

Disponível em:
http://www.accessibletourism.org/resources/ossate_market_analysis_public_final.pdf

Burnett, J. J. & Baker, H. B. (2001). Assessing the travel-related behaviors of the mobility-disabled consumer, *Journal of Travel Research*, 40(1), 4-11. Doi: 10.1177/004728750104000102

Burns N., Paterson, K. & Watson, N. (2009). An inclusive outdoors? Disabled people's experiences of countryside leisure services. *Leisure Studies* 28(4): 403-417. Doi: 10.1080/02614360903071704

Brown, T. J., Kaplan, R. & Quaderer, G. (1999). Beyond accessibility: Preference for natural areas. *Therapeutic Recreation Journal*, 33(3), 209-221.

Caldwell, L. L. & Gilbert, A. A. (1990). Leisure, health, and disability: A review and discussion. *Canadian Journal of Community Mental Health*, 9(2), 111-122. Doi: 10.7870/cjcmh-1990-0022

Card, J. A., Cole, S. T. & Humphrey, A. H. (2006). A Comparison of the Accessibility and Attitudinal Barriers Model: Travel Providers and Travelers with Physical Disabilities. *Asia Pacific Journal of Tourism Research*, 11(2), 161-175. Doi: 10.1080/10941660600727566

Casas, J. (2004). *Lazer sem fronteiras - Guia de turismo adaptado para pessoas com deficiência* (19-32). Salamanca: Projeto CAMI.

Cave-Exploring (2013). What is Cave Exploring? Disponível em: <http://www.cave-exploring.com/>

Ceballos-Lascurain, H. (1998) Introduction. In K. Lindberg, M. E. Wood & D. Engeldrum, (eds.) *Ecotourism: Guide for Planners & Managers*, Vol. 2 (pp. 7-10).

Center for Responsible Travel (2015). *The Case for Responsible Travel: Trends & Statistics 2015* [pdf]. Disponível em: http://www.responsibletravel.org/resources/documents/2015%20Trends%20&%20Statistics_Final.pdf

Chen, C-C. & Petrick, J. F. (2013). Health and Wellness Benefits of Travel Experiences A Literature Review. *Journal of Travel Research*, 52(6), 709–719. Doi: 10.1177/0047287513496477

Chikuta, O., du Plessis, E. & Saayman, M. (2017). Nature-based travel motivations for people with disabilities. *African Journal of Hospitality, Tourism and Leisure*, 6(1), 1-16. Disponível em: http://www.ajhtl.com/uploads/7/1/6/3/7163688/article_40_vol_6__1__2017.pdf

Cohen, P. (2014). *FAMILIES AS THEY REALLY ARE: Marriage rates among people with disabilities*. Disponível em: <https://thesocietypages.org/ccf/2014/11/24/marriage-rates-among-people-with-disabilities-save-the-data-edition/>

Cole, S. & Morgan, N. (2010) Introduction: tourism and inequalities. In: S. Cole & N. Morgan (eds), *Tourism and Inequality: Problems and Prospects* (pp. 17-25). Disponível em: http://eprints.uwe.ac.uk/11953/1/Introduction_tourism_and_inequality.pdf

Contreras, M. & Valência, R. (1997). *A criança com Deficiências Associadas*. Porto: Porto Editora.

Comissão Europeia (2012-2013). *Economic impact and travel patterns of accessible tourism in europe – final report*. Disponível em: <https://www.google.pt/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwjI7PPViNvYAhVBOhQKHbgaACgQFggrMAA&url=http%3A%2F%2Fec.europa.eu%2FDocsRoom%2Fdocuments%2F7221%2Fattachments%2F1%2Ftranslations%2Fen%2Frenditions%2Fnative&usg=AOvVaw1wFybjqGGnKIbwTXeGQm2K>

Comissão Europeia (2014). *Mind the Accessibility Gap: Rethinking Accessible Tourism in Europe. Economic impact and travel patterns of accessible tourism in europe – final report* [pdf]. Disponível em: <http://business.turismodeportugal.pt/SiteCollectionDocuments/all-for-all/Notas%20Confer%C3%A2ncia%20Bruxelas%206%20Junho%202014.pdf>

Conradson, D. (2005). Landscape, care and the relational self: Therapeutic encounters in rural England. *Health and Place*, 11(4), 337–348. Doi: 10.1016/j.healthplace.2005.02.004

Cox, J. (1985). *The resort concept: the good, the bad and the ugly*. Keynote paper presented to the National Conference on Tourist Resort Development, Sydney, Australia, 4–11.

Daniels, M. J., Rodgers, E. B. D. & Wiggins, B. P. (2005). “Travel tales”: An interpretive analysis of constraints and negotiations to please travel as experienced by persons with physical disabilities. *Tourism Management*, 26(6), 919-930. Doi: 10.1016/j.tourman.2004.06.010

Darcy, S. (2010, june). Accessible Tourism: A question of trust, strategic knowledge management and a commitment to sustainability. Paper given at the 12th International Conference on Mobility and Transport for Elderly and Disabled Persons (TRANSED 2010), Hong Kong, China.

Darcy, S. & Buhalis, D. (2011). Chapter 1 - Introduction: From Disabled Tourists to Accessible Tourism. In S. Darcy & D. Buhalis (Eds.), *Accessible Tourism: Concepts and Issues* (pp. 1-20). Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/292251993_Introduction_From_disabled_tourists_to_accessible_tourism

Daruwalla, P. & Darcy, S. (2005). Public Sympathy: Private Antipathy: Personal and Societal Attitudes Towards People with Disabilities. *Annals of Tourism Research*, 32(3), 549-570. Disponível em: <https://opus.lib.uts.edu.au/bitstream/10453/5306/3/2005000697.pdf>

- De Bloom, J., Kompie, M. A. J., Geurts, S., De Weerth, C., Taris, T. W. & Sonnentag, S. (2009). Do we recover from vacation? Meta-analysis of vacation effects on health and well-being. *Journal of Occupational Health*, 51(1), 13-25. Doi: 10.1539/joh.K8004
- De Bloom, J., Kompie, M. A. J., Geurts, S., De Weerth, C., Taris, T. W. & Sonnentag, S. (2010). Effects of vacation from work on health and well-being: Lots of fun, quickly gone. *Work & Stress*, 24(2), 196-216. Doi: 10.1080/02678373.2010.493385
- De Bloom, J., Geurts, S. A. E., Sonnentag, S., Taris, T., De Weerth, C. & Kompier, M. A. J. (2011). How does a vacation from work affect employee health and well-being? *Psychology & Health*, 26(12), 1606–1622. Doi: 10.1080/08870446.2010.546860
- Devile, E. (2007). Turismo Acessível. In S. Lima & H. Careto (Coord.), *Turismo e desenvolvimento sustentável 2* (pp. 190-212).
- Devile, E. (2009a). Desenvolvimento do Turismo Acessível: dos argumentos sociais aos argumentos de mercado. *Revista Turismo & Desenvolvimento*, 11, 39-46.
- Devile, E. (2009b). O desenvolvimento de destinos turísticos acessíveis: O caso da Lousã. In J. Simões & C. Ferreira (Eds), *Turismos de Nicho – Motivações, produtos, territórios*, Centro de Estudos Geográficos (pp. 387-400). Lisboa: Universidade de Lisboa.
- Devile, E., Kastenholz, E. & Santiago, R. (2010). Inibidores à participação das pessoas com deficiência nas atividades turísticas. In N. Abranja, A. Marques, F. Coelho & I. Carneiro (Eds.), *Turismo Acessível - Estudos e Experiências* (pp. 35-49). Mangualde: Edições Pedagogo.
- Devile, E. L., Jesus, F. & Cruz, A. (2011). O desenvolvimento de turismo acessível na lousã: perspetivas dos agentes locais do sector do turismo. *Tourism & Management Studies*, 1, 529-539. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5018508.pdf>

Devile, E. L., Garcia, A., Carvalho, F. & Neves, J. (2012). Turismo Acessível em Portugal – Estudo de casos de boas práticas. *Revista Turismo & Desenvolvimento*, 17-18, 625-628. Disponível em: <https://www.ua.pt/file/30709>

Devile, E. C. (2014). Dinâmicas de envolvimento das pessoas com incapacidade nas atividades turísticas (tese de doutoramento, Universidade de Aveiro). Disponível em: <https://ria.ua.pt/bitstream/10773/14080/1/dinamicas%20de%20envolvimento%20das%20pessoas%20com%20incapacidade%20nas%20atividades%20turisticas.pdf>

De Vries, S., Verheij, R. A., Groenewegen, P. & Spreeuwenberg, P. (2003): Natural Environments—Healthy Environments? An Exploratory Analysis of the Relationship between Greenspace and Health. *Environment and Planning A*, 35(10), 1717-1731. Doi: 10.1068/a35111

De Wever, B., Schellens, T., Valcke, M. & Van Keer, H. (2006). Content analysis schemes to analyze transcripts of online asynchronous discussion groups: a review. *Computers & Education*, 46(1), 6-28. Doi: 10.1016/j.compedu.2005.04.005

Diffen (2018). Hiking vs. Trekking. Disponível em: https://www.diffen.com/difference/Hiking_vs_Trekking

Direção-Geral de Saúde, D.-G.S. (2004). *CIF – Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde. Lisboa*. Disponível em: http://www.inr.pt/uploads/docs/cif/CIF_port_%202004.pdf

Dóczi, T. (2009). Active Sport Tourism in the Hungarian Population: Current Trends and Perspectives. *Physical Culture and Sport Studies and Research*, 46(1), 261–267. Doi: 10.2478/v10141-009-0023-z

Domínguez, T., Fraiz, J. A. & Alén, E. (2013). Economic profitability of accessible tourism for the tourism sector in Spain. *Tourism Economics*, 19(6), 1385-1399. Doi: 10.5367/te.2013.0246

Dowling, R. K. & Fennell, D. A. (2003). The Context of Ecotourism Policy and Planning. In D. A. Fennell & R. K. Dowling (eds.), *Ecotourism Policy and Planning* (pp. 1-20). Doi: 10.1079/9780851996097.0001

Etzion, D. (2003). Annual vacation: Duration of relief from job stressors and burnout. *Anxiety Stress & Coping*, 16(2), 213-226. Doi: 10.1080/1061580021000069425

Eurostat (2014). Population age structure by major age groups, 2004 and 2014 (% of the total population). Disponível em: [http://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php/File:Population_age_structure_by_major_age_groups,_2004_and_2014_\(%25_of_the_total_population\)_YB15.png](http://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php/File:Population_age_structure_by_major_age_groups,_2004_and_2014_(%25_of_the_total_population)_YB15.png)

Eurostat (2017). Population structure by major age groups (%) in EU, 2016-80. Disponível em: http://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/images/8/85/Population_structure_by_major_age_groups%2C_EU-28%2C_2016-80_%28%25_of_total_population%29.png

Figueiredo, E., Eusébio, C. & Kastenholz, E. (2012). How Diverse are Tourists with Disabilities? A Pilot Study on Accessible Leisure Tourism Experiences in Portugal. *International Journal of Tourism Research*, 14(6), 531–550. Doi: 10.1002/jtr.1913.

Finlay, J., Franke, T., McKay, H. & Sims-Gould, J. (2015). Therapeutic landscapes and wellbeing in later life: Impacts of blue and green spaces for older adults. *Health & Place*, 34, 97-106. Doi: 10.1016/j.healthplace.2015.05.001

Frändberg, L. & Vilhelmson, B. (2003). Personal mobility: a corporeal dimension of transnationalisation. The case of long-distance travel from Sweden. *Environment and Planning A*, 35(10), 1751-1768. Doi:10.1068/a35315 2003.

Fredman, P., Wall-Reinius, W. & Grundén, A. (2012). The Nature of Nature in Nature-based Tourism. *Scandinavian Journal of Hospitality and Tourism*, 12(4), 289-309. Doi: 10.1080/15022250.2012.752893

Garcia, A., Mouta, C., André, N. & Cândido, R. (2014). *Guia de Boas Práticas de Acessibilidade – Turismo Ativo* [pdf]. Disponível em: [http://travelbi.turismodeportugal.pt/pt-pt-Documents/An%C3%A1lises/Atividades%20Tur%C3%ADsticas/Guia%20Boas%20Práticas%20Acessibilidade%20Turismo%20Ativo.pdf](http://travelbi.turismodeportugal.pt/pt-pt/Documents/An%C3%A1lises/Atividades%20Tur%C3%ADsticas/Guia%20Boas%20Práticas%20Acessibilidade%20Turismo%20Ativo.pdf)

Gibson, H. J. (1998). Active sport tourism: who participates? *Leisure Studies*, 17(2), 155-170. Doi: 10.1080/026143698375213

Global Burden of Disease (2016). *Disease burden and mortality estimates: DISEASE BURDEN, 2000–2016*. Disponível em: http://www.who.int/healthinfo/global_burden_disease/estimates/en/index1.html

Goodwin, D., Peco, J., & Ginther, N. (2009). Hiking excursions for persons with disabilities; experiences of interdependence. *Therapeutic Recreation Journal*, 41(4), 298-325. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/260037000_Hiking_excursions_for_persons_with_disabilities_Experiences_of_interdependence

Guerra, L. (2003). *Tourism for all: Organising trips for physically disabled customers* (tese de mestrado não publicada). Universidade de Bournemouth, Dorset, Inglaterra.

Hall, C. M. & Boyd, S. (Eds.) (2005). *Nature-based Tourism in Peripheral Areas: Development or Disaster?* Clevedon: Channel View.

Hall, C. M., Müller, D. K. & Saarinen, J. (2009). *Nordic Tourism: Issues and Cases*. Bristol: Channel View.

Harris, A. & Enfield, S. (2003). *Disability, Equality and Human Rights: a Training Manual for Development and Humanitarian Organisations*. Bournemouth, United Kingdom: Oxfam.

Hartikka, H. (2014). *Travelling despite the Disability – Experiences of Travelling with an Intellectually Disabled Person* (tese de licenciatura, Saimaa University of Applied Sciences). Disponível em: https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/79367/Hartikka_Hanna.pdf?sequence=1

Haukeland, J. V., Grue, B. & Veisten, K. (2010). Turning national parks into tourist attractions: Nature orientation and quest for facilities. *Scandinavian Journal of Hospitality and Tourism*, 10(3), 248–271. Doi: 10.1080/15022250.2010.502367

Hood, C. & Carruthers, C. (2007). Enhancing Leisure Experience and Developing Resources: The Leisure and Well-Being Model, Part II. *Therapeutic Recreation Journal*, 41(4), 298-325. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/322208504_Enhancing_Leisure_Experience_and_Developing_Resources_The_Leisure_and_Well-Being_Model_Part_IIpdf

Hudson, S. (2003). *Sport and adventure tourism*. Binghamton, New York: Haworth Hospitality Press.

Huh, C. & Singh, A. J. (2007). Families travelling with a disabled member: Analysing the potential of an emerging niche market segment. *Tourism and Hospitality Research*, 7(3/4), 212–229. Doi: 10.1057/palgrave.thr.6050044.

Instituto Nacional de Estatística [INE] (2012). Censos 2011 Resultados Definitivos – Portugal. Disponível em: http://censos.ine.pt/xportal/xmain?xpid=CENSOS&xpgid=ine_censos_publicacao_det&contexto=pu&PUBLICACOESpub_boui=73212469&PUBLICACOESmodo=2&selTab=tab1&pcensos=61969554

Instituto Nacional para a Reabilitação, I. P. (2010). *Turismo Acessível em Portugal - lei, oportunidades económicas, informação*. Disponível em: http://www.inr.pt/download.php?filename=Turismo+Acess%26iacute%3Bvel+em+Portugal%3Alei%2C+oportunidades+econ%26oacute%3Bmicas%2C+informa%26ccedil%3B%26atilde%3Bo&file=%2Fuploads%2FTurismo_acessivel_em_Portuga_lei_oportunidades_economicas_informacao.pdf

Jakubec, S. & Ray, H. (2014). 'I Can Reinvent Myself Out Here': Experiences of Nature Inclusion and Mental Well-Being. In B. M. Altman & S. N. Barnartt (eds.), *Research in Social Science and Disability* 8 (pp. 213-229). Doi: 10.1108/S1479-354720140000008012

Jaquette, S. (2005). Maimed away from the earth: disability and wilderness. In University of Oregon (ed.), *The Ecotone* (8-11). Disponível em: <http://pages.uoregon.edu/caspages/envs/downloads/EcotoneSpring2005.pdf>

Kastenholz, E., Eusébio, C., Moura, A. & Figueiredo, E. (2010). Acesso ao recreio, lazer e turismo para pessoas com incapacidade – do sonho à realidade. In: N. Abranja, A. Marques, F. Coelho & I. Carneiro (Orgs), *Turismo Acessível: Estudos e Experiências* (pp. 171–192). Edições Pedagogo.

Kastenholz, E., Eusébio, C., Figueiredo, E. & Lima, J. (2012). Accessibility as Competitive Advantage of a Tourism Destination: The Case of Lousã. *Advances in Culture, Tourism and Hospitality Research*, 6, 369–385. Doi: 10.1108/S1871-3173(2012)0000006023

Kearney, A. R. & Winterbottom, D. (2006). Nearby nature and long-term care facility residents: Benefits and design recommendations. *Journal of Housing for the Elderly*, 19(3-4), 7-28. Doi: 10.1300/J081v19n03_02

- Keniger, L. E., Gaston, K. J., Irvine, K. N. & Fuller, R. A. (2013). What are the benefits of interacting with nature? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 10(3), 913-935. Doi: 10.3390/ijerph10030913.
- Kimberlin, S. (2009). Political Science Theory and Disability. *Journal of Human Behaviour in the Social Environment*, 19(1), 26-43. Doi: 10.1080/10911350802619870
- Komppula, R. (2006). Developing the quality of a tourist experience product in the case of nature-based activity services. *Scandinavian Journal of Hospitality and Tourism*, 6(2), 136–149. Doi: 10.1080/15022250600667425
- Kühnel, J. & Sonnentag, S. (2011). How long do you benefit from vacation? A closer look at the fade-out of vacation effects. *Journal of Organizational Behavior*, 32(1), 125-143. Doi: 10.1002/job.699
- Kuenzi, C. & McNeely, J. (2008). Nature-based tourism. In O. Renn & K. Walker (eds.), *Global Risk Governance: Concept and Practice Using the IRGC Framework* (pp. 155-178). Doi: 10.1007/978-1-4020-6799-0_8
- Kweon, B-S., Sullivan, W. C. & Wiley, A. R. (1998). Green Common Spaces and the Social Integration of Inner-City Older Adults. *Environment and Behavior*, 30(6), 832-858. Doi: 10.1177/001391659803000605
- Laarman, J. G. & Durst, P. B. (1987). Nature travel in the tropics. *Journal of Forestry*, 85(5), 43-46.
- Lais, G., McAvoy, L. & Frederickson, L. (1992). *Wilderness Accessibility for people with disabilities* (a report to the President and Congress of the United States on Section 507(a) of the Americans with Disabilities Act of 1990). Disponível em: <https://permanent.access.gpo.gov/lps97467/wilderness.pdf>

- Li, W. J. (2006). Community decision making: Participation in development. *Annals of Tourism Research*, 33(1), 132-143. Doi: 10.1016/j.annals.2005.07.003
- Lieberman, L. J. & MacVicar, J. M. (2003). Play and Recreational Habits of Youths Who Are Deaf-Blind. *Journal of visual impairment & blindness*, 97(12), 755-768.
- Lindon, D., Lendrevie, J., Lévy, J., Dionísio, P. & Rodrigues, J. (2004). *Mercator XXI: Teoria e prática do marketing (10 ed.)*. Lisboa: Dom Quixote.
- Lucas, P. H. C. (1984). *How protected areas can help meet society's evolving needs*. Washington, D.C.: Smithsonian Institution Press.
- Maetzold, J. A. (2002). Nature-Based Tourism and Agritourism Trends: Unlimited Opportunities. In M. McDermott (ed.), *Future Farms 2002: A Supermarket of Ideas: Conference Proceedings, November 15 & 16, 2002* (pp. 84-89). Disponível em: https://www.agmrc.org/media/cms/agritourism_E6794269B3FF6.pdf
- Maas, J., Verheij, R. A., Groenewegen, P. P., de Vries, S. & Spreeuwenberg, P. (2006). Green space, urbanity and health: how strong is the relation? *Journal of Epidemiology and Community Health*, 60(7), 587-592. Doi:10.1136/jech.2005.043125
- McAvoy, L., Schatz, C., Stutz, M., Schleien, S. & Lais, G. (1989). Integrated wilderness adventure: effects on personal and lifestyle traits of persons with and without disabilities. *Therapeutic Recreation Journal*, 23(3), 50-64. Disponível em: https://libres.uncg.edu/ir/uncg/f/S_Schleien_Integrated_1989.pdf
- McAvoy, L., Holman, T., Goldenberg, M. & Klenosky, D. (2006). Wilderness and persons with disabilities. *International Journal of Wilderness*, 12(2), 23-31. Disponível em: <https://pdfs.semanticscholar.org/e91b/18e00a4df8c464fed98ba56d26bba0d68d1f.pdf>

McKercher, B., Packer, T., Yau, M. & Lam, P. (2003). Travel agents as facilitators or inhibitors of travel: perceptions of people with disabilities. *Tourism Management*, 24(4), 465–474. Doi: 10.1016/S0261-5177(02)00107-3

Mehmetoglu, M. (2007). Typologising Nature-based Tourists by Activity: Theoretical and Practical Implications. *Tourism Management*, 28(3), 651-660. Doi: 10.1016/j.tourman.2006.02.006

Ministério do Trabalho e da Solidariedade Social (2006). *1º Plano de Ação para a Integração das Pessoas com Deficiências ou Incapacidade (1ª edição)* [pdf]. Disponível em: <http://www.inr.pt/uploads/docs/programaseprojectos/paipdi/PAIPDIdeenv.pdf>

Montes, R. & Aragall, F. (2009). Turismo Acessível ou Turismo para Todos? Sustentabilidade do Negócio. *Revista Turismo e Desenvolvimento*, 11, 141-145. Disponível em: <https://www.ua.pt/file/30832>

Moura, A., Kastenholz, E. & Pereira, A. (2012). Aliviar o stress de indivíduos com incapacidade: o potencial da prática turística. *Revista Turismo & Desenvolvimento*, 17/18(3), 1387-1401. Disponível em: revistas.ua.pt/index.php/rtd/article/download/9680/7997

Moura, A. F. (2014). *Turismo acessível: recurso de coping para gerir o stress na incapacidade* (tese de doutoramento, Universidade de Aveiro). Disponível em: <https://ria.ua.pt/bitstream/10773/14223/1/Tese.pdf>

Nawijn, J., Marchand, M. A., Veenhoven, R. & Vingerhoets, A. J. (2010). Vacationers happier, but most not happier after a holiday. *Applied Research Quality Life*, 5(1), 35-47. Doi: 10.1007/s11482-009-9091-9

Nawijn, J. (2011). Happiness Through Vacationing: Just a Temporary Boost or Long-Term Benefits? *Journal of Happiness Studies*, 12(4), 651-665. Doi: 10.1007/s10902-010-9221-y

Neirotti, L. D. (2003). An introduction to sport and adventure tourism. In S. Hudson (ed.), *Sport and Adventure Tourism* (pp. 1-25). Binghamton, New York: Haworth Hospitality Press.

Nelson, K. (2002). Going to extremes. *Sports Travel*, 6(7), 8-14.

Neumann, P. & Reuber, P. (2004). *Economic Impulses of Accessible Tourism for All* (Vol. 526). Berlin: Study commissioned by the Federal Ministry of Economics and Technology & Federal Ministry of Economic and Labour (BMWA).

Newsome, D., Moore, S. A. & Dowling, R. K. (2002). *Natural area Tourism: ecology, impacts and management*. Clevedon, U.K.: Channel View Publications.

Nyaupane, G. P. (2007). Ecotourism versus Nature-based Tourism: Do Tourists Really Know the Difference? *Anatolia*, 18(1), 161-165. Doi: 10.1080/13032917.2007.9687044

Oregon Health & Science University (OHSU) (2016). *Disability in Oregon – 2016: Annual Report on the Health of Oregonians with Disabilities*. Disponível em: <https://www.ohsu.edu/xd/research/centers-institutes/oregon-office-on-disability-and-health/programs/upload/Oregon-Chartbook-2016-Draft5.pdf>

Orellove, F. P. & Sobsey, D. R. N. (2000). *Educating Children with Multiple Disabilities: a Transdisciplinary Approach*. Baltimore: Brookes Publishing.

Organização Mundial de Saúde, O.M.S. (2004). *CIF – Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde* [pdf]. Disponível em: http://www.inr.pt/uploads/docs/cif/CIF_port_%202004.pdf

Organização Mundial de Saúde (2009). *Global Health Risks: Mortality and burden of disease attributable to selected major risks* [pdf]. Disponível em: https://www.who.int/healthinfo/global_burden_disease/GlobalHealthRisks_report_full.pdf

Organização Mundial de Saúde (2011). *World Report on Disability* [pdf]. Disponível em: http://www.who.int/disabilities/world_report/2011/report.pdf

Organização Mundial do Turismo, O.M.T. (2005). *Accessible Tourism for All. 16th General Assembly of the World Tourism Organization*, Dakar, 1-6. Disponível em: <http://www2.unwto.org/sites/all/files/docpdf/2005resolutionaccessibletourismforall.pdf>

Organização Mundial do Turismo (2013). 20ª Assembleia Geral – Victoria Falls – Zâmbia/Zimbabwe, 24-29 Ago 2013. *Turismo Acessível para Todos. Recomendações da OMT*, Victoria Falls, fronteira entre Zâmbia e Zimbabwe (pp. 2-21). Disponível em: <http://business.turismodeportugal.pt/SiteCollectionDocuments/all-for-all/Recomenda%C3%A7%C3%B5es%20da%20OMT%20sobre%20Turismo%20Acess%C3%ADvel%20para%20Todos.pdf>

Organização Mundial do Turismo (2014). *Global Report on Adventure Tourism* [pdf]. Disponível em: http://cf.cdn.unwto.org/sites/all/files/pdf/final_1global_report_on_adventure_tourism.pdf

Papamichail, K. (2012). Accessible hotels: Design essentials. In D. Buhalis, S. Darcy & I. Ambrose (eds.), *Best practice in accessible tourism* (pp. 241-262). United Kingdom: Channel View Publications.

Pedalada (2018). O que é o BTT. Disponível em: <https://pedalada.com/artigos/que-btt>

Pena Aventura Park (2018). Canyoning. <https://park.penaaventura.com.pt/atividades.php?id=canyoning>

Pena Aventura Park (2018). Escalada. Disponível em: <https://park.penaaventura.com.pt/atividades.php?id=escalada>

Pena Aventura Park (2018). Rafting. Disponível em: <https://park.penaaventura.com.pt/atividades.php?id=rafting>

Pena Aventura Park (2018). Stand Up Paddleboarding. Disponível em: <https://park.penaaventura.com.pt/atividades.php?id=sup>

Pérez, D. M. & Velasco, D. J. G. (2003). *Turismo accesible. Hacia un Turismo para Todos* [pdf]. Disponível em: http://www.keroul.qc.ca/DATA/PRATIQUEDOCUMENT/52_fr.pdf

Perfil (2010). *Turismo Inclusivo – oportunidades e desafios* [pdf]. Disponível em: <https://www.forma-te.com/mediateca/viewdownload/27864-manual-turismo-inclusivo>

Plano Estratégico Nacional de Turismo [PENT] (2013). *Revisão e objetivos 2013-2015*. Lisboa: Ministério da Economia e do Emprego.

Poria, Y., Reichel, A. & Brandt, Y. (2010). Dimensions of hotel experience of people with disabilities: an exploratory study. *International Journal of Contemporary Hospitality Management*, 23(5), 571-591. Doi: 10.1108/09596111111143340

Portal Aventuras (s.d.). Sobre o Rafting. Disponível em: <http://portalaventuras.pt/sobre-o-rafting/>

Portal Aventuras (s.d.). Sobre o Rappel. Disponível em: <http://portalaventuras.pt/sobre-o-rappel/>

Prellwitz, M. & Skar, L. (2007). Usability of playgrounds for children with different abilities. *Occupational Therapy International*, 14(3), 144-155. Doi: 10.1002/oti.230

Priberam (2018). Tirolesa. Disponível em: <https://www.priberam.pt/dlpo/tirolesa>

Przeclawski, K. (1995). Tourism and its role to people with special needs. In A. Szczygiel & M. Piotrowicz (eds), *Progress in Tourism of People with Special Needs* (pp. 245-248). Cracóvia: AGAT.

Quivy, R. & Campenhoudt, L. (1998). *Manual de Investigação em Ciências Sociais*. Lisboa: Gradiva.

Rappe, E., Kivelä, S.-L. & Rita, H (2006). Visiting outdoor green environments positively impacts self-rated health among older people in long-term care. *HortTechnology*, 16(1), 55-59. Disponível em: <http://horttech.ashspublications.org/content/16/1/55.full.pdf+html>

Reuter, I., Mehnert, S., Leone, P., Kaps, M., Oechsner, M. & Engelhardt, M. (2011). Effects of a flexibility and relaxation programme, walking, and nordic walking on Parkinson's disease. *Journal of Aging Research*, 2011(7252), 1-18. Doi: 10.4061/2011/232473

Revista Virtude (2012). O que é o birdwatching? Disponível em: <http://virtude-ag.com/revista2012-birdwatching/>

Robb, G. & Ewert, A. (1987). Risk recreation and persons with disabilities. *Therapeutic recreation journal*, 21(1), 58-69.

Rodiek, S. (2002). Influence of an Outdoor Garden on Mood and Stress in Older Persons. *Journal of Therapeutic Horticulture*, 23(13-21), 13-21. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/228475283_Influence_of_an_outdoor_garden_on_mood_and_stress_in_older_adults

Rodiek, S. & Fried, J. T. (2005). Access to the outdoors: Using photographic comparison to assess preferences of assisted living residents. *Landscape & Urban Planning*, 73(2), 184-199. Doi: 10.1016/j.landurbplan.2004.11.006

Schleien, S., Ray, M. & Humphrey, F. (1988). *Community recreation and persons with disabilities: Overcoming obstacles to community recreation integration*. Baltimore: Paul Brookes

Serrano, G. P. (2004). *Pedagogía Social/Educación Social: construcción científica y intervención práctica*. Madrid: Narcea.

Shaw, G. & Coles, T. (2004). Disability, holiday making and the tourism industry in the UK: a preliminary survey. *Tourism Management*, 25(3), 397-403. Doi: 10.1016/S0261-5177(03)00139-0

Shi, L. (2010). *Understanding leisure travel motivations of frequent travelers with mobility impairments* (tese de mestrado, School of Health, Physical Education and Recreation - Indiana University). Disponível em: <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.923.6408&rep=rep1&type=pdf>

Shields, N. & Synnot, A. (2016). Perceived barriers and facilitators to participation in physical activity for children with disability: A qualitative study. *BMC Pediatrics*, 16(1), 1-9. Doi 10.1186/s12887-016-0544-7

Silvennoinen, H. & Tyrväinen, L. (2001). Luontomatkailun kysyntä Suomessa ja asiakkaiden Ympäristötoiveet. In T. Sievänen (ed.), *Luonnon virkistyskäyttö 2010* (pp. 112–127).

Sit, C. H. P., Lindner, K. J. & Sherrill, C. (2002). Sport Participation of Hong Kong Chinese Children with Disabilities in Special Schools. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 19(4), 453-471. Doi: 10.1123/apaq.19.4.45

Skilled Adventurer (2017). What Are The Differences Between Hiking and Trekking? Disponível em: <https://skilledadventurer.com/differences-between-hiking-trekking/>

Smith, V. L. & Eadington, W. R. (1992). *Tourism Alternatives: Potentials and Problems in the Development of Tourism*. Philadelphia: University of Pennsylvania Press.

- Smith, V. & Hughes, H. (1999). Disadvantage families and the meaning of the holiday. *International Journal of Tourism Research*, 1(3), 123-133. Doi: 10.1002/(SICI)1522-1970(199903/04)1:23.0.CO;2-R
- Smith, M., Amorim, E. & Soares, C. (2013). O turismo acessível como vantagem competitiva: implicações na imagem do destino turístico. *Revista de Turismo y Patrimonio Cultural*, 11(3), 97-103. Doi: 10.25145/j.pasos.2013.11.041
- Souza, F. N., Costa, A. P. & Moreira, A. (2011a). Análise de Dados Qualitativos Suportada pelo Software webQDA. *VII Conferência Internacional de TIC na Educação: Perspetivas de Inovação*, Braga, (pp. 49–56). Disponível em: <https://www.webqda.net/wp-content/uploads/2016/05/AnaliseDadosQualitativos.pdf>
- Souza, F. N., Costa, A. P. & Moreira, A. (2011b). Questionamento no Processo de Análise de Dados Qualitativos com apoio do software WebQDA. *EduSer - Revista de educação*, 3(1), 19-30. Disponível em: <https://bibliotecadigital.ipb.pt/bitstream/10198/5996/1/49.pdf>
- Standeven, J. & De Knop, P. (1999). *Sport Tourism*. Champaign, Illinois: Human Kinetics.
- State of Victoria (2017). Canoeing and kayaking - health benefits. Disponível em: <https://www.betterhealth.vic.gov.au/health/healthyliving/canoeing-and-kayaking-health-benefits>
- Stoneham, J. & Jones, R. (1997). Residential landscapes: Their contribution to the quality of older people's lives. *Activities, Adaptation & Aging*, 22(1-2), 17–26. Doi: 10.1300/J016v22n01_03
- Stuart, M., Lieberman, L. J. & Hand, K. (2006). Beliefs about physical activity among children who are visually impaired and their parents. *Journal of visual impairment & blindness*, 100(4), 223-234. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/279647563_Beliefs_about_physical_activity_among_children_who_are_visually_impaired_and_their_parents

Strauss-Blasche, G., Reithofer, B., Schobersberger, W., Ekmekcioglu, C. & Marktl, W. (2005). Effect of vacation on health: moderating factors of vacation outcome. *Journal of Travel Medicine*, 12(2), 94-101. Doi: 10.2310/7060.2005.12206

Sung, H. H., Morrison, A. M. & O'Leary, J. (1996). Definition of adventure travel: conceptual framework for empirical application from the provider's perspective. *Asia Pacific Journal of Tourism Research*, 1(2), 47-67. Doi: 10.1080/10941669708721975

Swarbrooke, J., Beard, C., Leckie, S. & Pomfret, G. (2003). *Adventure Tourism: The New Frontier* [pdf]. Disponível em: <http://www.economy.gov.ae/Publications/Adventure.Tourism.The.New.Frontier.eBook-EEEn.pdf>

Taylor, L. P. S. & McGruder, J. E. (1996). The meaning of sea kayaking for persons with spinal cord injuries. *The American Journal of Occupational Therapy*, 50(1), 39-46. Doi: 10.5014/ajot.50.1.39

Thompson, J. L. & Philo, C. (2004). Playful spaces? a social geography of children's play in Livingston, Scotland. *Children's Geographies*, 2(1), 111-130. Doi: 10.1080/1473328032000168804

Travel Industry Association of America & National Geographic Traveler (2002). *The Geotourism Study: Phase I Executive Summary* [pdf]. Disponível em: <https://www.crt.state.la.us/downloads/Atchafalaya/GeoTourismStudy.pdf>

The International Ecotourism Society (TIES) (2003). Ecotourism Statistical Fact Sheet. Disponível em: <http://www.ecotourism.org/index2.php?research/stats>

Tourism of Australia (2017). *Nature Based Tourism in Australia Manifesto* [pdf]. Disponível em: <https://www.ecotourism.org.au/assets/Uploads/Manifesto-v5.0.pdf>

Tsai, E. & Fung, L. (2005). Perceived constraints to leisure time physical activity participation of students with hearing impairment. *Therapeutic Recreation Journal*, 39(3), 192-206.

Turismo de Portugal, I.P. (2006). *Turismo de natureza - 10 produtos estratégicos para o desenvolvimento do turismo em Portugal* [pdf]. Disponível em: <http://www.turismo2015.pt/userfiles/File/TurismoNatureza.pdf>

Uhlenberg, P. (2009) International Handbook of Population Aging. *Canadian studies in population*, 39(1-2), 145-147. Doi: 10.25336/P6P89C

Ulrich, R. S. (1983). Aesthetic and affective response to natural environment. In I. Altman & J. F. Wohlwill (Eds.), *Human behaviour and environment: Advances in theory and research. Behaviour and the natural environment* (pp. 85–125). Doi: 10.1007/978-1-4613-3539-9_4

Ulrich, R. S. (1984). View through a window may influence recovery from surgery. *Science*, 224(4647), 420–421. Doi: 10.1126/science.6143402

Ulrich, R., Simons, R., Losito, B., Fiorito, E., Miles, M. & Zelson, M. (1991). Stress recovery during exposure to natural and urban environments. *Journal of Environmental Psychology*, 11(3), 201–230. Doi: 10.1016/S0272-4944(05)80184-7

Umbelino, J., Garcia, A., Amorim, E. & Pinto, P. (2012). Can we promote accessible tourism? Yes, we can and we should. *Design for all – Institute of India*, 7(8), 16-30.

Valentine, P. S. (1992). *Review: Nature-Based Tourism*. London, United Kingdom: Belhaven Press.

Vanderstoep, S. W. & Deirdre, J. (2009). *Research methods for everyday life blending qualitative and quantitative approaches* [pdf]. Disponível em: <http://uluslararasigundem.com/wp-content/uploads/bsk-pdf->

manager/54_RESEARCH_METHODS_FOR_EVERYDAY_LIFE___BLENDING_QUALITATIVE_AND_QUANTITATIVE_APPROACHES-JOSSEY-BASS__(2009).PDF

Van Horn, L. (2002). Travellers with Disabilities: Market Size and Trends. Disponível em: <http://ncpedp.org/access/isu-travel.htm>

Var, T., Yesiltas, M., Yayli, A. & Öztürk, Y. (2011). A Study on the Travel Patterns of Physically Disabled People. *Asia Pacific Journal of Tourism Research*, 16(6), 599-618. Doi: 10.1080/10941665.2011.610143

Veal, A. J. (2006). *Research methods for Leisure and Tourism: A practical guide.*, 3rd edn. Harlow, United Kingdom: Pearson Education

Ventura, M. A. (2011). Natureza e turismo um equilíbrio possível. In A. Rodrigues (coord.), *Aplicação de um modelo de turismo sustentável a áreas da rede Natura 2000 nos Açores* (p. 22). Disponível em: https://repositorio.uac.pt/bitstream/10400.3/1016/1/BIOLOGIA_23_01_2011.PDF

Wall-Reinius, S. (2009). *Protected attractions: Tourism and wilderness in the Swedish Mountain Region* (Tese de doutoramento não publicada). Department of Human Geography, Stockholm University, Stockholm.

Wall-Reinius, S. & Bäck, L. (2011). Changes in visitor demand: Inter-year comparisons of Swedish Hikers' characteristics, preferences and experiences. *Scandinavian Journal of Hospitality and Tourism*, 11(1), 38-53. Doi: 10.1080/15022250.2011.638207

Wall-Reinius, S. (2012). Wilderness and culture: Tourist views and experiences in the Laponian World Heritage Area. *Society & Natural Resources*, 25(7), 621-632. Doi:10.1080/08941920.2011.627911

Wearing, S. & Neil, J. (1999). *Ecotourism*. Oxford, UK: Butterworth – Heinemann.

Weaver, D. (2002). *Ecotourism*. Milton, Australia: John Wiley & Sons.

Weber, K. (2001). Outdoor Adventure Tourism - A Review of Research Approaches. *Annals of Tourism Research*, 28(2), 360-377. Doi: 10.1016/S0160-7383(00)00051-7

Weiler, B. & Hall, C. M. (1992). *Adventure, Sport and Health Tourism*. London, UK: Belhaven Press.

Westman, M. & Eden, D. (1997). Effects of a respite from Work on burnout: Vacation relief and fade-out. *Journal of Applied Psychology*, 82(4), 516-27. Doi: 10.1037//0021-9010.82.4.516

Yin, M., Shaewitz, D., Smith, D.-M. & Overton, C. (2018). *A Hidden Market: The Purchasing Power of Working-Age Adults With Disabilities* (Research Brief 3). Doi: 10.13140/RG.2.2.18234.08640

Zhang, G., Poulsen, D. V., Lygum, V. L., Corazon, S. S., Gramkow, M. C. & Stigsdotter, U. K. (2017). Health-Promoting Nature Access for People with Mobility Impairments: A Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(703), 1-20. Doi:10.3390/ijerph14070703

Apêndices

Apêndices I – Relatório de estágio curricular



Relatório de estágio curricular

Mestrado em Gestão e Planeamento em Turismo

Entidade de estágio: *A2Z Consulting*

Título: Implementação de novas abordagens ao desenvolvimento de projetos de turismo de natureza



Figura I.1. Percurso pedestre em Alvaiázere

Fonte: A2Z Consulting (2018)

João Pedro Relvas Soares

Fevereiro de 2018

Índice

Introdução	149
Capítulo II - Estágio Curricular na A2ZConsulting	150
2.1. Introdução	150
2.2. Caraterização da entidade acolhedora	151
2.3. Caraterização das atividades desenvolvidas	154
Capítulo III – Reflexão Crítica	165
3.1. Introdução	165
3.2. Contributos para o estudante e para a empresa.....	165
3.3. Dificuldades e limitações sentidas.....	166
3.4. Os contributos do estágio para o projeto e para a minha formação profissional.....	167
3.5. A articulação entre o mestrado em Gestão e Planeamento em Turismo e os estágios curriculares na consultoria em turismo de natureza	169
Referências Bibliográficas	178

Introdução

Este relatório de estágio curricular apresenta duas componentes, nomeadamente uma de natureza descritiva, a partir da qual se fará a caracterização da entidade acolhedora e a menção de todas as atividades desenvolvidas, bem como uma de natureza crítica, que vai procurar referir os benefícios deste estágio para o estudante e para a empresa.

Na componente crítica deste relatório, serão analisados os contributos deste estágio para o projeto de mestrado desenvolvido e para a minha formação profissional enquanto técnico de turismo. Por outro lado, o relatório vai procurar estabelecer uma associação entre a componente académica, ao nível do mestrado em Gestão e Planeamento em Turismo, e entre a vertente prática, ao nível dos estágios na área da consultoria em turismo de natureza, isto é, relacionar a utilidade dos conhecimentos adquiridos ao longo deste curso com as competências ganhas no âmbito dos estágios neste tipo de empresas.

Em termos de estrutura, o presente relatório está organizado em três tópicos, respetivamente, a caracterização da entidade acolhedora, em que se vai abordar aspetos sobre a sua origem, áreas de negócio e clientes, a que se segue a descrição das atividades desenvolvidas durante o meu estágio. Será, também, feita uma análise crítica, referindo as vantagens conseguidas tanto para o estudante, tanto para a empresa. Posteriormente, serão explicados os contributos deste estágio para o projeto a desenvolver e para a minha formação enquanto profissional em turismo. Por último, vai procurar-se estabelecer a ponte entre os conhecimentos adquiridos ao longo do mestrado em Gestão e Planeamento em Turismo (vertente académica) e os estágios curriculares na área da consultoria em turismo de natureza (vertente prática).

Capítulo II - Estágio Curricular na *A2Z Consulting*

2.1. Introdução

No processo de tomada de decisão sobre o local de estágio, havia três empresas em ponderação. Em primeiro lugar, salienta-se a Trans Serrano, ligada ao desenvolvimento de atividades de aventura e de animação turística em contacto com a natureza. Em segundo lugar, refere-se a DNA, igualmente afeta à dinamização de atividades de turismo de natureza, embora com a vertente da consultoria turística. Por fim, em terceiro lugar, destaca-se a *A2Z Consulting*, uma empresa com uma área de atuação mais alargada, por contemplar a consultoria e assessoria em percursos pedestres e em centros de bicicleta todo-o-terreno (CBTT).

De entre as três empresas em ponderação, relembrando, uma vez mais, a Trans Serrano, a DNA e a *A2Z Consulting*, decidi escolher a *A2Z Consulting* pelos seguintes motivos. Em primeiro lugar, esta empresa foi-me recomendada por um professor do Departamento de Economia, Gestão, Engenharia Industrial e Turismo da Universidade de Aveiro (DEGEIT). Em segundo lugar, dada a sua visibilidade e prestígio no que concerne à prestação de serviços de consultoria em turismo de natureza, mais notória na região Centro de Portugal. Em terceiro lugar, de um ponto de vista mais pessoal, o meu desejo em ganhar experiência na área da consultoria, concretamente no conhecimento de procedimentos de trabalho ligados ao desenvolvimento de percursos pedestres, bem como o gosto cultivado desde a minha infância pelo contacto com a natureza foram também motivos que me levaram a optar pela *A2Z Consulting*.

Assim, como principal objetivo, este estágio visou a implementação de novas abordagens ao desenvolvimento de projetos de turismo de natureza. Especificamente, procurou-se adquirir competências no domínio de metodologias de gestão e organização de projetos de turismo de natureza, na inovação em projetos ligados a esta área, bem como na gestão de relacionamentos com clientes de serviços de consultoria em turismo de natureza. O estágio na *A2Z Consulting* teve início no dia dezanove de setembro de 2017 e terminou no dia dezasseis de fevereiro de 2018, o que corresponde a aproximadamente cinco meses.

Ainda que tenha estabelecido conversações com o Dr. Pedro Pedrosa, sócio-gerente maioritário da empresa e responsável pela *A2Z Consulting*, na verdade foi a Dra. Ana Simões (com a pasta da gestão de projetos e coordenação operacional da equipa técnica,

colaborando, ainda, na elaboração de estudos sobre turismo de natureza) (A2Z Consulting, 2018) que me recebeu, ficando incumbida de me acompanhar e orientar ao longo do estágio. Foi também ela que, desde cedo, me deu sugestões sobre como organizar todo o meu trabalho desenvolvido, referindo, também, algumas filosofias de trabalho no seio da empresa. Relativamente ao acompanhamento na Universidade, este ficou sob a responsabilidade da minha professora orientadora Doutora Celeste Eusébio e da minha professora coorientadora Elisabeth Kastenholz.

2.2. Caraterização da entidade acolhedora

A A2Z Consulting, fundada em 2008, encontra-se especializada na área da consultoria em turismo de natureza (Ytravel, lda., 2018). Esta empresa, que conta com técnicos com uma grande experiência na área, fruto de projetos nacionais e internacionais, possui vários desígnios, nomeadamente a criação e implementação de percursos pedestres, a criação e implementação de centros de BTT, a realização de estudos e projetos com ênfase no turismo de natureza e no turismo ativo, a consultoria e assessoria em planos de animação turística e em planos estratégicos de desenvolvimento de turismo de natureza, o planeamento e organização de eventos de natureza desportiva/ativa, bem como o design de suportes informativos para apoio e divulgação de infraestruturas (A2Z Consulting, 2018).

No domínio dos percursos pedestres desenvolvidos pela A2Z Consulting, é de destacar que os 233 percursos de Pequena Rota (PR's) (que se caracterizam por possuir duas bandas, uma de cor amarelo e outra de cor vermelho) criados por esta empresa encontram-se associados a 32 projetos, contabilizando um total de 2118,80 quilómetros (M. Franco, comunicação pessoal, 24 de novembro de 2017). Dentro destes, salientam-se o percurso pedestre acessível de Gondramaz (5,49 km), cujo cliente é a Aldeias do Xisto e o seu promotor é a Agência para o Desenvolvimento Turístico das Aldeias do Xisto (ADXTUR), bem como a rede de percursos pedestres de Alvaiázere (com um total de 65,45 kms), cujo cliente e promotor é a Câmara Municipal de Alvaiázere (M. Franco, comunicação pessoal, 24 de novembro de 2017), conforme ilustra a figura I.2.



Figura I.2. Percurso pedestre em Alvaiázere

Fonte: A2Z Consulting (2018)

Nas Grandes Rotas desenvolvidas pela *A2Z Consulting* (à semelhança das pequenas rotas, as grandes rotas apresentam duas bandas, mas de cor branco e vermelho), o portefólio da empresa apresenta 71 percursos pedestres com um total de 4706,24 kms, que estão ligados a sete projetos (M. Franco, comunicação pessoal, 24 de novembro de 2017). Neste domínio, destaca-se a rede de percursos pedestres da Serra da Aboboreira, cujo cliente é a Associação de Municípios do Baixo Tâmega (AMBT) e o promotor é a ADXTUR, contabilizando um total de 0,15 kms. Em suma, juntando os percursos pedestres de pequena e grande rota, existe um total de 4706,24 kms (M. Franco, comunicação pessoal, 24 de novembro de 2017).

Já no âmbito dos Centros de BTT, estes definem-se como infraestruturas de animação permanente, constituídas por redes de trilhos para a prática desportiva e de lazer de BTT (M. Franco, comunicação pessoal, 24 de novembro de 2017). Estão equipadas com estacionamento para automóveis e bicicletas, balneários e uma estação de serviço para bicicletas com máquina de lavagem, máquina de enchimento de ar de pneus e minioficina, em regime de self-service (M. Franco, comunicação pessoal, 24 de novembro de 2017).

Neste sentido, é de reforçar que a *A2Z Consulting* acompanhou desde o início a criação e implementação dos primeiros Centros de BTT em Portugal. Atualmente, ao todo, existem 25 centros de BTT, de norte a sul do país, com um total de 6132,01 kms distribuídos por redes de 184 percursos pedestres (M. Franco, comunicação pessoal, 24 de novembro de 2017). De entre estes, referem-se o Centro de BTT da Aldeia do Xisto de Ferraria de São João, em Penela (ver figura dois), assim como o Centro de BTT da Pampilhosa. Estas

infraestruturas possuem como cliente e promotor, a Aldeias do Xisto e a ADXTUR (respetivamente) (M. Franco, comunicação pessoal, 24 de novembro de 2017) (ver figura I.3).



Figura I.3. Centro de BTT em Ferraria de São João

Fonte: A2Z Consulting (2018)

A *A2Z Consulting*, cujo responsável máximo é o Dr. Pedro Pedrosa, juntamente com a agência de viagens, também designada por *Walking & Biking* (vocacionada para a criação de pacotes turísticos a pé ou a bicicleta para um público maioritariamente estrangeiro), que se encontra sob a alçada de Luís Coelho, e com o projeto *Bikotel* (que consiste em unidades de alojamento providas de serviços destinados à satisfação das necessidades dos ciclistas, quer de estrada, quer de montanha, conforme mostra a figura três), sob a égide de Marta Salvador, fazem parte da marca *Ytravel, lda.*, criada em 2006 (Ytravel, lda., 2018) (conforme figura I.4).



Figura I.4. Dístico Bikotel

Fonte: Ytravel, lda. (2018)

2.3. Caracterização das atividades desenvolvidas

Em relação ao meu local de trabalho, este foi realizado, maioritariamente, no escritório em Penela. No entanto, tive oportunidade de me deslocar pontualmente a Leiria (onde se encontra a sede fiscal da A2Z), com o objetivo de auxiliar noutra tipo de funções fora do âmbito das tarefas que me foram delegadas inicialmente e que estão presentes no protocolo de estágio, como são exemplos a lavagem do interior e exterior de automóveis, bem como a limpeza, manutenção e transporte de bicicletas. Já no âmbito das funções que me foram atribuídas, realizei diversas atividades, em que, grande parte das vezes, tive a necessidade de entrar em contacto com consultores, no sentido de obter informações de natureza variada para poder concluir os projetos em curso.

Na área da consultoria da A2Z, no que concerne à organização e revisão de conteúdos, salienta-se o projeto CON. 16.12. associado à Comunidade Intermunicipal de Viseu Dão Lafões. Sendo uma pasta constituída por várias subpastas, o CON. 16.12 alberga vários municípios afetos à região de Viseu Dão Lafões. Neste caso específico, CON. 16.12. significa que se trata do projeto nº 12 subordinado à área da consultoria e que data de 2016. É de referir que este tipo de códigos é muito utilizado pelos técnicos e consultores da empresa para facilitar a identificação dos projetos.

Em cada uma das subpastas da CON. 16.12., dependendo da sua natureza, podemos encontrar informações relativas a percursos pedestres, a centros BTT, a estudos de ecopista e a painéis interpretativos. Como exemplo, num percurso pedestre, existem elementos como um mapa resumo de quantidades e um rotómetro (ficheiros que exibem valores de quantidades em relação a itens que são utilizados na criação e implementação de percursos pedestres, nomeadamente balizas, setas, postes, avisos, pinturas e painéis, que podem ser informativos e interpretativos) (ver tabela I.1), termo igualmente usado pela empresa, um descritivo de setas e painéis (igualmente com valores de materiais usados no terreno) (conforme tabela I.2) e, ainda, um mapa de pormenor (que apresenta vários pontos, também designados por *waypoints*, que mostram a localização dos vários itens mencionados anteriormente).

Tabela I.1. Mapa resumo de quantidades

RESUMO DE QUANTIDADES		em falta		Existências	
Balizas	C.C.	4	24		
	C.D.	7			
	C.E.	5			
	D.D.				
	E.E.				
	D.E.				
	X	8			
Setas Total		17			
Postes		9			
Painel	Informativo	2	2		
	Interpretativo				
Avisos		2			
Pinturas		462			

Fonte: elaboração própria, com base no programa LibreOffice

Tabela I.2. Descritivo de setas e painéis

Waypoint	Descrição	Poste	Seta	Painel	Ângulo do poste	referência	Matrícula	Texto a inserir na seta	distância	direção	Croqui
1				1			PRL	Painel Informativo			
2		1	2		0º	2.1.	PRL	Centro Histórico Aguiar da Beira // Igreja da Misericórdia	160 m	Esq.	
					0º	2.2.	PRL	Santuário de Nossa Senhora da Lapa	14,7 km	Dta	
32		1	2		0º	32.1.	PRL	Santuário de Nossa Senhora da Lapa	11,2 km	Esq.	
					90º	32.2.	PRL	Centro Histórico Aguiar da Beira	3,2 km	Dta	
46		1	1		0º	46.1.	PRL	Centro Histórico Aguiar da Beira	4,9 km	Dta	
46		1	1		0º	46.2.	PRL	Barragem da Fumadinha	2,5 km	Esq.	
54		1	2		0º	54.1.	PRL	Barragem da Fumadinha	1,6 km	Esq.	
					90º	54.2.	PRL	Centro Histórico Aguiar da Beira // Igreja da Misericórdia	5,8 km	Dta	
64		1	2		0º	64.1.	PRL	Santuário de Nossa Senhora da Lapa	6,9 km	Dta	
					90º	64.2.	PRL	Centro Histórico Aguiar da Beira // Igreja da Misericórdia	7,5 km	Esq.	
79		1	3		0º	79.1.	PRL	Santuário de Nossa Senhora da Lapa	4,3 km	Dta	
					90º	79.2.	PRL	Miradouro de São Domingos	230 m	Dta (Dupla Face)	
					180º	79.3.	PRL	Centro Histórico Aguiar da Beira // Igreja da Misericórdia	9,7 km	Esq.	
87		1	2		0º	87.1.	PRL	Santuário de Nossa Senhora da Lapa	3,2 km	Dta	
					90º	87.2.	PRL	Miradouro de São Domingos	1,3 km	Esq.	
113		1	2		0º	113.1.	PRL	Centro Histórico Aguiar da Beira	14,4 km	Dta	
					0º	113.2.	PRL	Nascente do Rio Vouga	230 m	Dta	
114				1				Painel Informativo			
27	Aviso							Aviso. Cuidado circule com prudência, várias travessias sobre Estrada Principal			
36	Aviso							Aviso. Cuidado circule com prudência, várias travessias sobre Estrada Principal			
TOTAIS		9	17	2							

Fonte: elaboração própria

Assim sendo, fiquei incumbido de comparar valores de quantidades entre os documentos em formato editável (que podem ser abertos em formato excel e/ou através do programa LibreOffice) e os ficheiros permanentes, em formato pdf. Caso houvesse alguma incompatibilidade de valores entre os dois formatos, a minha tarefa seria a de alterar os valores no documento editável, por forma a igualarem os que constavam dos documentos em pdf.

Além disso, e ainda enquadrado na pasta CON. 16.12., tive a cargo a função de reorganizar os conteúdos presentes em cada um dos municípios. Especificamente, tive de verificar a existência de todos os ficheiros necessários para caracterizar cada um dos projetos referentes aos territórios em análise. A título de exemplo, no município de Aguiar da Beira, estão identificados quatro projetos, cada um acerca de um percurso. Ora, foi da minha responsabilidade verificar a existência de todos os documentos (nomeadamente um mapa resumo de quantidades, um descritivo de setas e de painéis, bem como um estudo prévio).

O projeto que se segue designa-se por CON. 16.22, referente à Comunidade Intermunicipal de Coimbra. Esta pasta partilha alguns dos ficheiros que constam da sua antecessora CON. 16.12, no entanto, apresenta outros que serão posteriormente explicados com maior detalhe. Assim, existiram, desde o início, duas pastas de referência em termos de organização dos conteúdos, a saber, a pasta referente a Oliveira de Hospital (no caso dos percursos pedestres, de pequena e de grande rota) e a pasta do município de Arganil (no caso de outros projetos, nomeadamente de percursos interpretativos e de atividades de *Birdwatching*, isto é, atividades de contemplação de espécies de aves).

Em primeiro lugar, a pasta de Oliveira do Hospital, que serve de referência a todos os projetos de percursos pedestres, é formada pelos anexos da Federação Portuguesa de Campismo e de Montanhismo (F.C.M.P.), nos quais se inserem uma ficha de registo para cada percurso (neste documento, estão escritos o nome do percurso, dimensão (em kms) e o tipo de percurso em questão (linear, em oito, em labirinto, entre outras tipologias); uma declaração de caminhos públicos (na qual o presidente de cada autarquia reconhece e aprova a utilização do percurso pedestre como caminho público); uma declaração de cedência de passagem (na qual o dono de um ou mais terrenos autoriza, através de uma assinatura, a passagem de caminhantes nas imediações da sua propriedade); um compromisso de manutenção do percurso pedestre por parte da autarquia, cuja

periodicidade geralmente é de pelo menos cinco anos; um pedido de parecer ao Instituto de Conservação da Natureza e das Florestas (I.C.N.F.), de onde consta um pedido formal por parte de cada autarquia, no sentido de obter aprovação por parte deste organismo para implementar total ou parcialmente o percurso pedestre em áreas protegidas; bem como um mapa que apresenta o traçado do percurso desenvolvido.

Para além dos anexos da F.C.M.P., existem, ainda, três outros elementos, designadamente os anexos referentes ao mapa de encomenda de produção, os anexos do plano de obra de execução, assim como um projeto. Desta forma, os anexos do mapa de encomenda de produção apresentam um mapa resumo de quantidades, um descritivo de setas e painéis, não esquecendo um descritivo de tipologias (que, à semelhança do mapa de resumo de quantidades e do rotómetro, exhibe as quantidades de todos os itens a ser implementados no terreno, como são exemplo, mais uma vez, as balizas, as setas, os postes e os painéis).

A seguir aos anexos do mapa de encomenda de produção, surgem os anexos do plano de obra de execução, que se ramificam em croquis de implementação (válidos apenas para percursos pedestres, que mostram a localização da implementação da sinalética no terreno, a sua direção e o seu sentido), um rotómetro, itens de localização georreferenciada (onde se inserem dados como a altimetria do percurso, o tipo de percurso e o seu grau de dificuldade de realização), assim como um mapa de instalação (que apresenta o traçado do percurso e os diversos *waypoints*). Por fim, surge o projeto, que consiste num ficheiro que faz a compilação de todos os elementos descritos anteriormente. Porém, é de destacar que a categoria de percursos de grande rota contempla uma memória descritiva, que se assemelha ao projeto de execução, uma vez que contempla todos os materiais necessários para serem implementados ao longo do percurso.

Por outro lado, a pasta do município de Arganil apresenta os mesmos itens que a pasta de Oliveira do Hospital, nomeadamente os painéis informativos e/ou interpretativos. Porém, por se tratarem de percursos de natureza interpretativa, não englobam elementos que dizem apenas respeito aos percursos de pequena e grande rota, de que são exemplo as balizas, os croquis, as setas e os postes. Terminada esta fase de caracterização da CON 16.22, fiquei assim responsável por reorganizar todas as subpastas dos municípios abrangidos pela Comunidade Intermunicipal de Coimbra, verificando se a estrutura destas coincidia com as de Oliveira do Hospital e de Arganil. Por outras palavras, tive de

assegurar a homogeneidade em termos de organização dos conteúdos presentes em todas as subpastas.

Ainda no domínio da organização e revisão de conteúdos, o projeto CON 16.12 da região de Viseu Dão Lafões está relacionado com o flagelo dos incêndios que deflagraram no mês de outubro de 2017. Assim, foi necessário verificar se, por um lado, se tratavam de estruturas já existentes ou se tinham sido criadas recentemente, e, por outro lado, verificar se essas mesmas estruturas se tinham mantido intactas ou se arderam, em virtude desses incêndios. Estas estruturas/projetos referem-se a percursos pedestres (de pequena ou grande rota), centros de BTT, centros de Trail Running, Estruturas Interpretativas, bem como às Ecopistas do Vouga e do Dão. Para além disso, pude fazer sugestões em relação à organização e ao tipo de conteúdos, tanto no site, tanto no portefólio da *A2Z Consulting*, que se encontra disponível em formato de papel.

Já no que diz respeito ao levantamento de serviços turísticos, menciona-se, em primeiro lugar, o projeto CON. 17.10, ligado à Grande Rota do Zêzere. Deste modo, com o auxílio de um mapa, que exhibe o troço dos vários percursos que compõem esta Grande Rota, foi necessário fazer um levantamento dos serviços turísticos presentes nas proximidades destes percursos, relativos a alojamentos, meios de restauração e a estabelecimentos de comércio, como mercearias e cafés. Posteriormente, com o objetivo de ajudar um dos consultores da empresa, João Ruano, fiquei com a responsabilidade de fazer um levantamento de todos os serviços turísticos existentes em aldeias dos municípios da região do Caramulo, nomeadamente Vouzela, Oliveira de Frades e Tondela.

Porém, as pesquisas em torno do levantamento de serviços turísticos existentes nas aldeias dos municípios de Vouzela, Oliveira de Frades e Tondela revelaram-se infrutíferas, pelo que decidi recolher dados nas imediações dessas aldeias. Estes serviços turísticos estavam relacionados com meios de alojamento, zonas de restauração, estabelecimentos de comércio (mercearias, cafés, mercados, supermercados, hipermercados), bem como associações e tecido empresarial. Para o efeito, nos meios de alojamento, tive a necessidade de fazer pesquisas em *websites* dos próprios estabelecimentos e nos sites dos municípios (na categoria de alojamento), assim como em *sites* de reserva online, como o Booking.com e o AirBnB, a fim de reunir informações de contactos, o número de quartos existentes e os horários de funcionamento.

No caso dos meios de restauração nas imediações das aldeias dos municípios de Vouzela, Oliveira de Frades e Tondela, houve igualmente a necessidade de recolher contactos e horários de funcionamento, bem como a capacidade logística para receber clientes. Para tal, recorri aos *sites* dos municípios visados (na categoria da restauração), aos sites (quando disponíveis) dos próprios estabelecimentos de restauração, ao TripAdvisor e ao *website* do Jornal Expresso, denominado por “Boa Cama, Boa Mesa”. Relativamente aos estabelecimentos de comércio, recorri aos *websites* das marcas (quando disponíveis), para recolher os contactos e outras informações que considere pertinentes. Por último, fiz um levantamento das associações e empresas com atividades económicas nas proximidades, recolhendo, à semelhança dos serviços anteriores, os seus contactos e outras observações úteis.

Numa fase subsequente, procedi a um outro levantamento de serviços turísticos, desta vez sobre a Rede de Aldeias do Calcário. Este projeto, criado pela Associação de Desenvolvimento Terras de Sicó, preconiza a valorização do calcário e de todas as construções que envolvem este recurso, que é comum aos municípios de Penela, Condeixa-a-Nova, Alvaiázere, Ansião, Pombal e Soure. Nesta iniciativa, foram selecionadas as aldeias de Chanca e Ferraria de São João (Penela); Casmilo e Poço (Condeixa-a-Nova); Ariques e Marques (Alvaiázere); Granja e Aljazede (Ansião); Poios e Vale (Pombal); bem como Pombalinho e Cotas (Soure) (Jornal Pombal, 2018). Assim, conforme eu fiz na região do Caramulo, também procurei recolher os mesmos dados relativamente a alojamentos, restauração, estabelecimentos de comércio, bem como associações e empresas, nas aldeias referidas. Contudo, mais uma vez, só foi possível reunir dados de serviços turísticos nas proximidades das mesmas.

No domínio dos estudos sobre segmentos de turismo, a Dra. Ana Simões delegou-me a realização de *benchmarkings* de outras empresas, sobretudo as que estão ligadas à consultoria em turismo de natureza. Isto é, procedi à recolha de boas práticas em termos de modelos de negócio e de projetos que têm sido desenvolvidos pela concorrência neste setor. Para tal, no caso das empresas nacionais, foi necessário recorrer aos seus *websites* a fim de fazer esses levantamentos de informação, ao passo que, no caso da dinamização de percursos pedestres noutros países pertencentes à União Europeia, recorri a um estudo da autoria do Observatório Europeu LEADER / AEIDL (2001). Ao todo, contabilizaram-se doze empresas concorrentes e onze levantamentos sobre percursos pedestres.

Por outro lado, tive a cargo a função de criar um novo portefólio de conteúdos da A2Z *Consulting*. Ora, baseando-me no portefólio já existente e mantendo grande parte da estrutura e dos conteúdos também presentes desta empresa, decidi criar um novo que procurou completar o anterior, seguindo sempre as indicações e sugestões da dra. Ana Simões. Optei também por criar um índice automático, para que o leitor aceda mais facilmente aos conteúdos que deseja.

Além disso, coloquei as imagens dos membros da equipa da A2Z *Consulting*, a saber, Ana Simões, Hugo Marques (licenciado em Desporto e Bem-Estar); João Ruano (Mestre em Arquitetura Paisagista), Manuel Franco (licenciado em Ciências do Desporto, especializado em projetos nas áreas dos percursos pedestres e dos Centros BTT), com o qual tive oportunidade de trabalhar nalguns projetos, Nuno Santos (licenciado em Educação Física, também especializado em projetos nas áreas dos percursos pedestres e dos Centros BTT), Paulo Mourão (licenciado em Educação Física, com conhecimentos em georreferenciação e na utilização de dispositivos GPS), Pedro Pedrosa, Ricardo Neves (licenciado em Desporto e Bem-Estar) e Rui Ribeiro (Engenheiro de Biofísica) (A2Z *Consulting*, 2018).

Para além das imagens dos profissionais da A2Z, considerei importante incluir elementos de caracterização de percursos pedestres que não constavam do portefólio original, nomeadamente alguns marcos históricos da sua origem, as suas finalidades, os diversos tipos de percursos, as suas classificações, bem como o tipo de sinalética associado, que vale a pena frisar, mais uma vez, que é diferente entre os de pequena rota e os de grande rota. Deste modo, as bandas de cor amarelo e vermelho identificam os percursos de pequena rota, ao passo que as de cor branco e vermelho dizem respeito aos de grande rota. Respeitando naturalmente as orientações da Dra. Ana Simões, coloquei, no máximo, três figuras que retratam cada um dos serviços da empresa, especialmente nos percursos pedestres e nos Centros BTT, assim como o cliente de cada projeto. De referir, por último, que pude acrescentar a vertente do design de suportes informativos, algo que não constava do documento original.

Também inserida no âmbito da vertente da consultoria da A2Z, procedi à seleção de fotos relacionadas com percursos pedestres e com Centros BTT. Em primeiro lugar, é de salientar que existia uma pasta denominada por A2Z Project files, dividida em muitas subpastas, cada uma com um código atribuído (como exemplo, a pasta 12.27 identifica o

município de Coruche, em Santarém). No entanto, todas elas se encontravam desorganizadas e confusas, visto que apresentavam ficheiros de natureza diversa, desde documentos em formato excel, itens de localização georreferenciada (em formato kml, kmz e gpx), até fotos de percursos pedestres e BTT's. Assim sendo, numa fase inicial, tive a cargo a responsabilidade de apenas transferir as melhores fotos para pastas criadas por mim e que foram posteriormente codificadas.

Numa segunda fase, organizei os conteúdos em duas pastas, uma para percursos pedestres e outra para Centros de BTT. De mencionar também que em cada uma destas pastas havia a distinção entre fotos que retratam movimento (nomeadamente pessoas a caminhar e a praticar BTT) e fotos de âmbito geral (designadamente fotos de sinalética, infraestruturas e paisagens). No final, foi atribuído um código a todas as imagens por mim selecionadas, seguido do nome do respetivo território (caso fosse possível identificá-lo a partir da imagem).

No seio da *A2Z Consulting*, a elaboração de gráficos sobre os Caminhos de Santiago foi outra das tarefas de que fiquei responsável. Deste modo, recorri a um *website* que exhibe dados estatísticos, designadamente sobre as motivações dos caminhantes (de ordem religiosa, de ordem cultural, e até mesmo a combinação de religião com cultura), o género dos peregrinos (masculino e feminino), a sua idade, a forma como se deslocam (a pé, de bicicleta, a cavalo, ou através de cadeira de rodas), bem como a sua nacionalidade.

No entanto, só necessitei de auxiliar o Dr. Pedro Pedrosa na elaboração de gráficos que retratam a evolução do número de peregrinos que partem de Lisboa (em valores absolutos e em percentagens), assim como o fluxo de caminhantes registado no Caminho Português de Santiago (também em valores absolutos e em termos percentuais), no período temporal 2012-2017. De referir que, até à data, o site só tinha dados disponíveis até janeiro de 2018, que me foram igualmente solicitados. Tudo isto é possível constatar através da visualização das figuras I.5 e I.6.

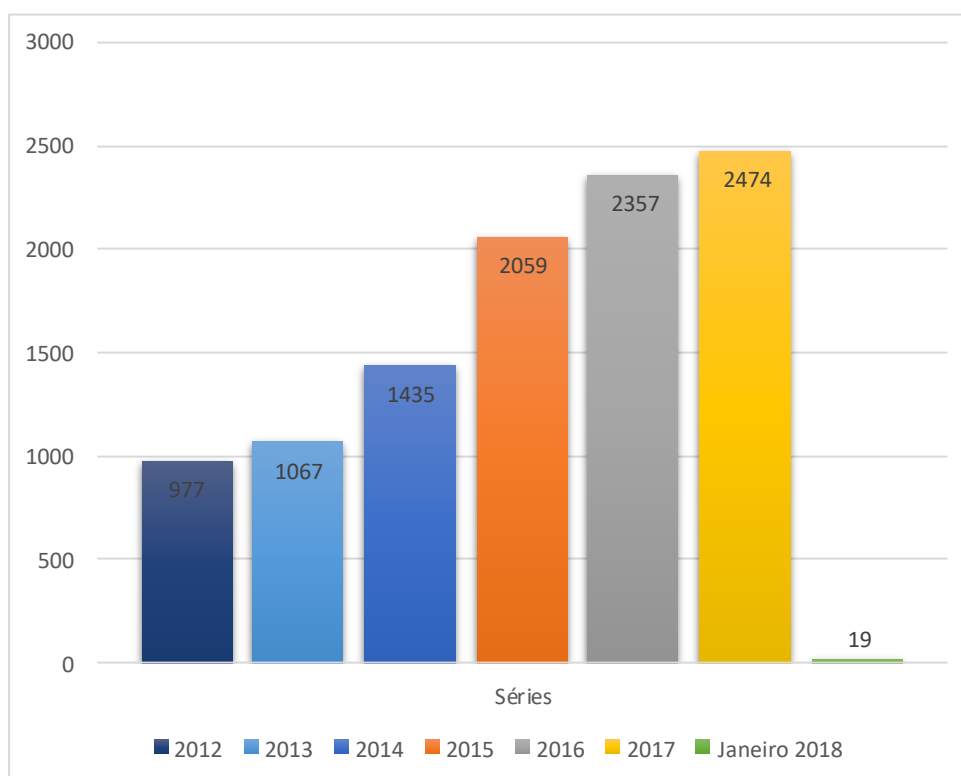


Figura I.5. Fluxo de peregrinos a partir de Lisboa

Fonte: elaboração própria, a partir de Catedral de Santiago (2018)

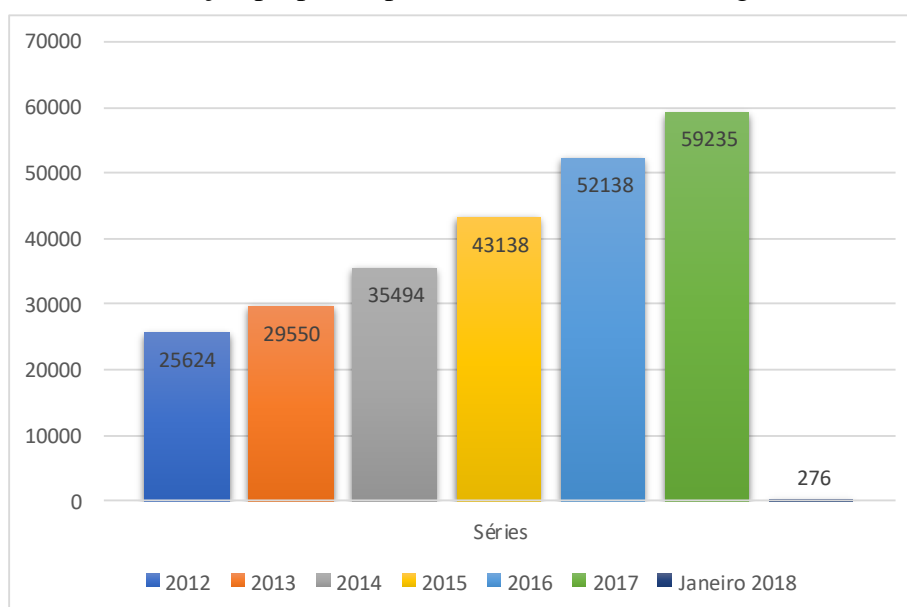


Figura I.6. Número de peregrinos registados no Caminho Português de Santiago

Fonte: elaboração própria, a partir de Catedral de Santiago (2018)

Partindo então para a análise das figuras seis e sete, podemos concluir que, em ambas as situações, houve de facto um crescimento entre 2012 e 2017 em termos de fluxos de peregrinos. Na figura seis, verificamos que esta ascensão foi mais destacada entre 2014 e 2015 (um aumento de 624 peregrinos), ao passo que, na figura sete, o crescimento foi mais expressivo entre 2015 e 2016 (um crescimento em 9000 peregrinos).

Já na vertente da agência de viagens *Walking & Biking* da A2Z, tive a oportunidade de criar uma proposta para São Tomé e Príncipe, que combinou voo, alojamento e rent-a-car, tudo isto para duas semanas de férias (catorze noites), para serem usufruídas por um casal cliente. Assim, pesquisei vários *sites* de reserva (inclusive, fazendo simulações de programas), a fim de comparar preços e, assim, criar a proposta final com a melhor relação qualidade/preço para apresentar ao cliente.

Outra das tarefas de que fiquei incumbido de realizar consistiu em copiar informações de um website relacionado com o centro de atividades radicais e ambientais de Vilarinho de S. Roque, cujos conteúdos estão disponíveis em português e inglês, para dois documentos em formato *word* (um em português e outro em inglês). Estas informações, que se encontram inerentes a percursos pedestres e a centros BTT, destinam-se à elaboração de uma proposta de programa para um cliente da empresa.

Por último, inserido na rede de alojamentos *Bikotel*, tive de auxiliar a responsável por esta área de negócio na caracterização de 31 unidades de alojamento, pertencentes às tipologias de alojamento local e de empreendimento turístico, oriundas da região do Algarve. Assim, tive de preencher fichas de identificação para cada alojamento, tendo sido necessário escrever informações que permitissem caracterizar cada um deles, nomeadamente o nome, a sua morada, a sua tipologia, a sua classificação (no caso dos empreendimentos turísticos), o número de registo que consta do Registo Nacional de Turismo (RNT), se é sócio ou não da Associação de Turismo do Algarve (A.T.A.), os contactos (telefónico e por e-mail) e o *website*. Para obter tais dados, consultei as páginas *web* oficiais de cada alojamento (quando existentes), o *site* do Registo Nacional de Turismo (R.N.T.), assim como o *website* da Associação de Turismo do Algarve (A.T.A.).

Capítulo III – Reflexão Crítica

3.1. Introdução

Terminado este estágio curricular em Penela, é altura então de fazer uma reflexão crítica sobre todo o trabalho desenvolvido nos cinco meses em que estive ao serviço da *A2Z Consulting*. Deste modo, serão referidos, respetivamente, os contributos do estágio para o estudante e para a empresa, as principais dificuldades e limitações sentidas, os contributos deste estágio para o projeto a desenvolver e para a minha formação profissional, bem como o estabelecimento de uma “ponte” entre o mestrado em Gestão e Planeamento em Turismo e os estágios curriculares na área da consultoria em turismo de natureza.

3.2. Contributos para o estudante e para a empresa

Em primeiro lugar, o estágio na *A2Z Consulting* permitiu-me conhecer a complexidade dos projetos desenvolvidos na área da consultoria em turismo de natureza. Especificamente, pude constatar em primeira mão a complexidade e a morosidade relativas ao desenvolvimento de projetos de percursos pedestres e Centros de BTT, que, até serem efetivamente implementados no terreno, têm de passar por várias fases, algumas das quais já foram referidas, nomeadamente a realização de estudos de viabilidade técnica, como é exemplo a caracterização dos territórios envolvidos, bem como a assinatura de documentos por parte das autarquias e dos proprietários de terrenos, não esquecendo claramente o pedido de pareceres a organismos como o Instituto de Conservação da Natureza e Florestas, no caso da instalação parcial ou total de percursos pedestres em áreas consideradas protegidas.

Por outro lado, senti ao longo dos cinco meses de estágio, que houve um clima de cooperação contínua entre os membros das três áreas de negócio que compõem a A2Z, a saber, mais uma vez, a consultoria, a agência *Walking & Biking* e a rede de alojamentos *Bikotel*. Neste sentido, foi uma mais-valia ter intervindo nestes três departamentos e, assim, ter tido conhecimento dos seus procedimentos de trabalho.

Há que destacar também, durante o meu estágio, os diversos contactos que efetuei com consultores internos e externos da empresa. Na verdade, tendo em conta a pouca

experiência que tenho no mercado de trabalho, concretamente na área da consultoria, no início do estágio limitei-me apenas a fazer contactos através de e-mail, o que gerou mal-entendidos, especialmente por parte dos consultores da A2Z, quanto à sua interpretação e compreensão. Fruto de conversas com a dra. Ana Simões e o dr. Manuel Franco, apercebi-me de que necessitava de implementar mudanças em relação à minha forma de redigir e-mails, sendo igualmente aconselhado a contactar telefonicamente as pessoas, para garantir uma maior clareza na transmissão da mensagem pretendida. Em suma, foi uma clara aprendizagem para que no futuro não volte a cometer o mesmo tipo de erros.

Para além disso, tive a oportunidade de utilizar, pela primeira vez, o *software* LibreOffice. Esta aplicação permite visualizar e editar documentos escritos e dados numéricos, à semelhança das ferramentas do *Microsoft Office*, *word* e *excel*. Por outro lado, a A2Z Consulting pode contar da minha parte com novas formas de abordar os projetos desenvolvidos.

Tendo em conta a minha experiência académica, pude auxiliar esta empresa na realização de estudos sobre segmentos de turismo (turismo de natureza, turismo ativo, turismo ciclável e turismo em espaço rural), que dizem respeito ao seu *core business*, isto é, atividades que são nucleares para a A2Z, de que são exemplo os percursos pedestres e os Centros BTT. Do mesmo modo, os *benchmarkings* acerca de modelos de negócio desenvolvidos por outras empresas concorrentes em turismo, especificamente da área da consultoria, sendo algo em que eu já tenho experiência, procuraram ajudar a A2Z Consulting na melhoria dos seus processos e modelos de atividade. Tudo isto para que esta empresa se torne mais competitiva no mercado.

3.3. Dificuldades e limitações sentidas

Na verdade, muito antes de ter iniciado esta nova etapa, não tinha qualquer ideia pré-concebida acerca do estágio que viria a desempenhar nesta área de negócio, o que por um lado constituiu uma vantagem, visto que me permitiu ir “de mente aberta” para Penela, e por outro lado, porque não tinha ido “formatado” com procedimentos e técnicas de trabalho adquiridas noutros contextos organizacionais.

O processo de adaptação na A2Z Consulting foi relativamente fácil, apesar de algumas dificuldades por que passei ao longo destes cinco meses. De facto, nunca tinha tido

qualquer experiência na área da consultoria, tendo presenciado esta realidade pela primeira vez. Saí, portanto, da minha zona de conforto.

O principal aspeto negativo com que me deparei durante o estágio na *A2Z Consulting* foi essencialmente a falta de comunicação e talvez de alguma sensibilidade no desenvolvimento de dois dos projetos então em curso, o projeto CON. 16.22, referente à Comunidade Intermunicipal de Coimbra, e o projeto CON. 17.10. relacionado com o levantamento de serviços turísticos ao longo da Grande Rota do Zêzere. Na verdade, tendo a consciência de que procurei auxiliar um dos consultores também envolvido nestes projetos, o dr. Manuel Franco, após alguns e-mails e pedidos de esclarecimento de dúvidas sobre conteúdos dos projetos visados, não consegui obter qualquer resposta da sua parte.

De forma paralela, reconhecendo a sobrecarga dos consultores em termos de trabalho, senti, mais uma vez, falta de comunicação por parte da minha orientadora de estágio, que muitas das vezes não me deu o feedback que me permitisse saber se o meu trabalho desenvolvido estava a ir ao encontro das necessidades da *A2Z Consulting*.

No que diz respeito às limitações, por não dispor de telemóvel próprio da empresa, não pude realizar contactos que me possibilitassem recolher mais rapidamente dados de serviços turísticos nas aldeias dos municípios visados por alguns dos projetos. Isto fez com que eu apenas tivesse recolhido apenas dados nas proximidades das aldeias analisadas.

3.4. Os contributos do estágio para o projeto e para a minha formação profissional

O projeto de mestrado tem, como tema central, a importância das atividades realizadas em contacto com a natureza percebida pelas pessoas com incapacidades motoras e sensoriais (essencialmente permanentes). Dos estudos de investigadores especializados no turismo acessível que pesquisei, pude constatar que os desportos de montanha são muito desejados pelas pessoas com incapacidades.

O estágio que eu realizei em Penela contribuiu para que eu tivesse aberto os horizontes em termos de ideias de projetos a desenvolver no âmbito do turismo acessível. Muitos dos territórios do nosso país, embora com muitos recursos naturais e paisagens lindíssimas, apresentam um potencial de exploração que não tem sido devidamente valorizado por parte das entidades públicas e privadas.

Ora, tendo conhecimento que a *A2Z Consulting*, uma empresa com técnicos e consultores experientes no ramo do turismo de natureza, desenvolve projetos relacionados com percursos pedestres, seria interessante, na minha ótica, que esta empresa comesse a desenvolver iniciativas para este público-alvo, algo que não tem acontecido muito até agora. Na verdade, de acordo com o dr. Pedro Pedrosa, as pessoas com incapacidade não fazem parte dos clientes habituais da empresa.

Tendo a noção de que as pessoas com incapacidade têm os mesmos direitos a usufruir das atividades turísticas, é vital que a *A2Z Consulting* saiba reconhecer o enorme potencial económico associado a este segmento, capaz de diferenciar os seus serviços e de colocá-la numa posição competitiva face à concorrência. Assim, no âmbito do desenvolvimento deste tipo de projetos, é necessário que se saiba ter em conta as especificidades de cada pessoa, que variam consoante o tipo de incapacidade, quer se trate de motora, visual, auditiva ou intelectual.

Neste sentido, os percursos pedestres a desenvolver devem possuir o pavimento alisado, bem como desprovidos de pedras e ramos de árvores que dificultem a passagem de pessoas em cadeira de rodas. Esta realidade é bem visível num percurso pedestre em Tenerife, nas Ilhas Canárias, designado por PR TF25 las Raíces – Acentejo (barrera-cero.com, 2018).

Por outro lado, a existência de sinalética com sons implementada ao longo dos percursos é uma ideia interessante que pode permitir uma melhor orientação no espaço por parte de pessoas com problemas visuais (cegas e amblíopes). Neste sentido, algo que é recente e que pode ser uma excelente oportunidade de negócio para a *A2Z Consulting*, é o desenvolvimento de um projeto levado a cabo por investigadores das Universidades de Trás-os-Montes e do Alto Douro, que consiste, resumidamente, na criação de uma bengala sonorizada que permite a orientação no espaço (RTP 1, 2018). Para já, isto só é aplicável na orientação em edifícios, como museus, escolas e hospitais. No entanto, esta empresa pode estudar melhor a viabilidade de implementação deste projeto, aplicável ao contexto dos percursos pedestres.

Em suma, a experiência e os conhecimentos, que foram ganhos durante os cinco meses de estágio na *A2Z Consulting*, vão certamente ser-me úteis no desempenho de funções que dizem respeito ao atendimento das necessidades de clientes, na assistência e aconselhamento em projetos, bem como na formulação de programas relativos a percursos

pedestres e Centros BTT, este último aspeto mais relacionado com a consultoria em turismo de natureza.

3.5. A articulação entre o mestrado em Gestão e Planeamento em Turismo e os estágios curriculares na consultoria em turismo de natureza

Este ponto visa estabelecer uma associação entre o mestrado em Gestão e Planeamento em Turismo e os estágios na consultoria em turismo de natureza. No meu caso em particular, o principal objetivo do meu estágio curricular na *A2Z Consulting* consistiu na implementação de novas abordagens ao desenvolvimento de projetos de turismo de natureza. Especificamente, este estágio visou a aquisição de um espírito mais inovador na elaboração de projetos ligados à consultoria, bem como na gestão de relacionamentos com clientes em serviços desta área.

Ora, um dos objetivos do mestrado em Gestão e Planeamento em Turismo é a aquisição de conhecimentos e de competências técnicas nas áreas do planeamento e gestão em turismo, para que, desta forma, os alunos possam ganhar novas perspetivas interdisciplinares e integradas neste setor de atividade económica, que serão úteis no desenvolvimento de estratégias de âmbito variado aplicados em organismos públicos e em empresas do setor do turismo. Tendo-me especializado no ramo de economia e gestão em turismo, pude encontrar unidades curriculares subjacentes a estas áreas, nomeadamente Avaliação e Gestão de Projetos; Desenvolvimento e Planeamento Integrado de Destinos Turísticos; Inovação em Turismo; Gestão do Sistema Turístico; Gestão da Qualidade em Serviços; Comportamento e Liderança nas Organizações; Marketing Estratégico de Destinos Turísticos; bem como Turismo e Desenvolvimento Económico.

Em primeiro lugar, no que concerne à Avaliação e Gestão de Projetos, adquirir conhecimentos e procedimentos de utilização na ferramenta Microsoft office excel, que, sem dúvida alguma, foram decisivos na realização de tarefas durante o estágio, designadamente o cálculo de taxas de crescimento anual em termos de peregrinos que se têm deslocado até Santiago de Compostela.

Constatei ainda, no âmbito de Avaliação e Gestão de Projetos, que o desenvolvimento de um projeto alberga várias fases, nomeadamente a fase de proposta e de negociação com

o cliente, com a descrição das atividades a serem desenvolvidas, seguida do planeamento, onde se faz a contratação de todos os serviços, produtos e recursos humanos necessários para dar viabilidade às atividades referidas, bem como a fase do estabelecimento da sequência, duração e da calendarização das atividades.

Posteriormente, surgem as fases de implementação do projeto, de controlo da calendarização das atividades, bem como a avaliação geral do projeto, onde se faz o balanço de todo o trabalho desenvolvido, uma introspectiva sobre os seus aspetos positivos e negativos, assim como sugestões de melhoria para futuros projetos. Efetivamente, tudo isto foi possível verificar durante o meu estágio aplicado à área da consultoria em turismo de natureza.

No que diz respeito ao Desenvolvimento e Planeamento Integrado em Destinos Turísticos e em Inovação em Turismo, a experiência ganha ao longo do meu mestrado na realização de benchmarkings, isto é, estudos de boas práticas de modelos de negócio da concorrência, foi muito útil em contexto de estágio, dado que foi precisamente uma das tarefas que me foi solicitada.

Neste sentido, grande parte do que me foi pedido para fazer já tinha sido realizado anteriormente em trabalhos académicos, o que me permitiu economizar algum tempo de trabalho. Na mesma linha, todos os levantamentos bibliográficos e fontes de informação recolhidas no âmbito académico fizeram com que eu executasse rápida e facilmente as tarefas sobre segmentos de turismo relacionados com a atividade da A2Z, de que são exemplo o turismo de natureza, o turismo ativo e o turismo ciclável.

Relativamente a Gestão do Sistema Turístico, pude ganhar consciência de que a sociedade presenciou uma mudança de paradigma em torno da prestação de serviços. Se antes o foco das empresas e organizações residia nas características do produto físico, a grande preocupação atual das empresas reside na satisfação das necessidades do cliente (Rita & Antunes, 2014; Sánchez, Gil & Mollá, 2000; Grönroos, 2000). Ora, é exatamente isso que a *A2Z Consulting* procura desde a sua criação fazer, conhecendo as necessidades dos seus clientes e cultivando com eles uma relação de cooperação constante.

Na verdade, é muito mais económico reter os clientes existentes, do que tentar despende mais dinheiro no desenvolvimento de programas de captação de novos clientes (Evans & Laskin, 1994; Kotler & Keller, 2009; Kotler, Bowen & Makens, 2010). Porque um cliente satisfeito é muitas das vezes um cliente fiel à marca (Rita et al., 2014; Reynolds

& Beatty, 1999), o volume de transações entre os clientes e a empresa poderá ser intensificado no futuro. Se estas necessidades forem atendidas de forma bem-sucedida, poderá ser gerado um passa-palavra positivo (o também designado *word-of-mouth*) acerca da empresa a potenciais novos clientes, o que contribuirá para a melhoria da imagem da empresa visada e, por conseguinte, uma melhor posição de mercado face à concorrência.

Em Gestão da Qualidade em Serviços, um dos conteúdos programáticos abordados é a análise da relação entre qualidade, satisfação e fidelidade em serviços. Para o efeito, é utilizada uma escala denominada por SERVQUAL, que, de acordo com Parasuraman, Zeithaml e Berry (1985), é formada por cinco dimensões, a saber, a tangibilidade (que corresponde à aparência das instalações, do equipamento, do pessoal e dos materiais de comunicação usados), a fiabilidade (equivalente à capacidade de realizar o serviço prometido de forma fiável, com precisão e cuidado), a rapidez (que resulta na disposição de ajudar os clientes e fornecer o serviço de forma célere), a garantia (conhecimento, cortesia e a capacidade dos funcionários saberem transmitir confiança e segurança para os seus clientes), bem como a empatia (que consiste na atenção individualizada e personalizada fornecida aos clientes).

Ora, os técnicos e consultores da A2Z Consulting, além de serem pessoas competentes e que transmitem informações credíveis sobre os serviços desta empresa, primam também pela prontidão no atendimento das necessidades dos seus clientes. Tendo igualmente a noção de que para cada cliente são precisas abordagens individualizadas e personalizadas, a construção de relações duradouras com os seus clientes é um desígnio desta empresa, que tem de saber lidar diariamente com pessoas, quer entidades singulares, quer entidades coletivas, desde organismos públicos a organismos privados, e até mesmo entidades políticas. Em suma, as relações interpessoais são uma realidade constante no dia-a-dia desta empresa.

Vários investigadores defendem que a qualidade de serviço exerce uma influência indireta na lealdade do cliente, sendo a satisfação apenas um elemento intermediário (Caruana, 2002). Por outro lado, outros autores são de opinião que a lealdade se define como um profundo comprometimento de um consumidor em voltar a comprar e adquirir um bem ou serviço de uma determinada marca (Oliver, 1997). Por outras palavras, a lealdade trata-se de uma atitude ou predisposição mental para voltar a comprar produtos de uma determinada marca. Já Zeithaml, Berry e Parasuraman (1996) salientam que os

clientes que fazem uma avaliação positiva sobre a qualidade do serviço prestado são geralmente clientes satisfeitos.

Considerando os argumentos de diversos investigadores (Caruana, 2002; Oliver, 1997; Zeithaml et al., 1996), com aplicação ao contexto de estágio, é de notar que a A2Z Consulting ao desenvolver serviços de elevada qualidade, vai certamente contribuir para a satisfação dos seus clientes. Esta satisfação, por sua vez, poderá refletir-se na lealdade destes clientes em relação à A2Z Consulting, traduzida numa maior frequência de transações/compras de produtos desta empresa. Desta forma, os mesmos clientes poderão transmitir informações favoráveis acerca da A2Z Consulting a potenciais novos consumidores, o que vai beneficiar a sua imagem.

Kotler et al. (2009) e Kotler et al. (2010) introduziram, no âmbito da prestação de serviços, o conceito de marketing-mix. Inicialmente, este termo era formado por quatro p's, a saber, *people* (termo que corresponde a todos os stakeholders envolvidos no processo de prestação de serviços, fenómeno de cocriação), *place* (os canais de distribuição e de comercialização de conteúdos da empresa, nomeadamente através das lojas físicas, do correio eletrónico/e-mail e das lojas online), *promotion* (formas de transmitir a mensagem pretendida para o cliente, designadamente a publicidade, as vendas pessoais, as relações públicas, a promoção de vendas e o marketing direto), *price* (preço), assim como *product/service* (produto/serviço, as suas características, a sua qualidade).

Mais tarde, outros investigadores sugeriram, no âmbito do marketing de serviços, a introdução de mais três p's, nomeadamente *people*, *process* e *physical evidence*.

O termo *people* pode definir-se, resumidamente, como os recursos humanos e a clientela afetas a um determinado negócio (Booms & Bitner, 1981; Fisk, Grove & John, 2000). Neste sentido, é importante que os recursos humanos de qualquer empresa, concretamente os que trabalham na A2Z Consulting, estejam motivados e dispostos a incorporar a cultura organizacional, bem como a sua missão, objetivos e valores. Por outro lado, é necessário o desenvolvimento de programas de formação destinados aos trabalhadores, para que possam ir ao encontro das necessidades e preferências dos seus clientes.

Já o termo *process* está subjacente aos sistemas e aos processos de produção de uma empresa. Assim, as empresas devem otimizar e procurar ser o mais eficientes possível nos

seus processos de produção, por forma a aumentarem o grau de satisfação dos seus clientes.

Por outro lado, o conceito de *physical evidence* está relacionado a todas as provas físicas que o cliente percebe desde o momento em que inicia o contacto com a empresa. A forma como os trabalhadores se vestem e se apresentam, a decoração das instalações, o design do imobiliário e a limpeza do espaço são exemplos de evidências físicas que vão influenciar a percepção que o cliente tem sobre a empresa, constituindo ao mesmo tempo, elementos de comparação em relação à concorrência.

Ao contrário do que sucede nos bens físicos, em que o cliente não pode interferir no processo de produção dos conteúdos, nos serviços existe o fenómeno de cocriação, caracterizado pela interação entre cliente e prestador de serviço, que é feita antes, durante e após a prestação do mesmo. Ora, mais do que receber solicitações por parte do cliente e o próprio ato de prestação do serviço, é importante encarar esta realidade como uma forma de melhoria contínua dos processos. Afinal, o cliente é um elemento chave e as suas sugestões devem ser consideradas pelas empresas, no sentido de continuarem a prestar serviços de qualidade e que saibam corresponder aos desejos dos seus consumidores.

Em Comportamento e Liderança nas Organizações, entre outros aspetos, foram abordadas as temáticas da inteligência emocional e do capital psicológico. De facto, mais importante do que o designado Quociente de Inteligência e as habilitações académicas de um indivíduo, convém ressaltar traços de ordem emocional que assumem atualmente um papel preponderante no sucesso das organizações. De acordo com Mayer e Salovey (1997) a inteligência emocional define-se como a

capacidade para perceber as emoções, para aceder e gerar emoções que possam auxiliar o pensamento, para compreender as emoções e o conhecimento emocional, e para regular as emoções de tal modo que possam promover o crescimento intelectual e emocional (p. 10).

Deste modo, indo ao encontro da forma de pensar de Mayer et al. (1997), as pessoas com inteligência emocional elevada são as que usam a razão para compreender e lidar com as emoções (as próprias e as dos outros), recorrendo também às emoções para interpretar a envolvente e assim tomar decisões mais racionais. Este termo divide-se noutros elementos, nomeadamente a autoconsciência emocional (consciência dos estados próprios), a autoavaliação rigorosa (das próprias forças e fraquezas), o autocontrolo emocional, a

empatia (capacidade para se relacionar com os outros de forma amistosa) e a capacidade para compreender as emoções dos outros.

Por outro lado, o conceito de Capital Psicológico, um termo que é para muitas pessoas desconhecido, contempla quatro itens, designadamente a autoconfiança (que corresponde à capacidade em assumir e colocar todo o esforço necessário em tarefas consideradas desafiadoras por forma a alcançar o sucesso) e o otimismo (a capacidade para saber encarar a vida com confiança, mesmo em situações negativas. Na verdade, em ambos os casos, adquire-se sempre experiência de vida). Segue-se a esperança (perseverança em atingir os objetivos e, quando necessário, reajustar as estratégias e caminhos até ao sucesso) e a resiliência (característica que permite às pessoas resistir, adaptar-se e ultrapassar as adversidades da vida, alcançando assim as metas e os objetivos propostos) (Luthans, Youssef & Avolio, 2007).

A sociedade atual em que vivemos é exigente, sendo que as empresas e organizações estão em constante procura por vantagens competitivas que lhes permitem triunfar em relação às suas concorrentes. No mesmo sentido, a imprevisibilidade dos acontecimentos também é algo que deve ser salientado, capaz de beneficiar a imagem de uma empresa e de a “catapultar” no mercado, ou por outro lado, de comprometer a sua rentabilidade económica e, assim, levá-la ao fracasso. Deste modo, urge a necessidade da existência de recursos humanos dotados de inteligência emocional, que, além de saberem conhecer-se a si próprios (as suas forças e fraquezas), também sabem reconhecer as emoções dos outros, particularmente as dos seus clientes.

Evidentemente, profissionais dotados de elevada inteligência emocional vão poder ajustar mais facilmente os seus comportamentos a cada situação em concreto. É evidente que isto não basta, sendo importante igualmente a capacidade para nos sabermos motivar a nós próprios, de nos adaptarmos à realidade em que vivemos e de sermos resilientes, procurando nunca desistir dos nossos objetivos. Por tudo isto, será benéfico que as empresas e organizações comecem cada vez mais a dar importância à questão da inteligência emocional e à construção de ambientes organizacionais onde prosperam a cooperação, a partilha de informação e a aprendizagem contínua entre todos os elementos, incluindo claramente o líder e outros membros hierárquicos superiores. Tanto a empresa como o cliente serão beneficiados com esta nova forma de abordar as situações.

De facto, um ambiente onde existe partilha de informação e os funcionários expressam livremente as suas opiniões é, sem dúvida, um importante passo para uma maior aprendizagem e para o florescimento de ideias inovadoras que se irão repercutir num desempenho organizacional mais eficaz. Isto significa que funcionários dotados de inteligência emocional são mais capazes de compreender e atender de forma bem-sucedida as motivações e solicitações tanto dos seus colegas, como também dos seus clientes, realidade que é visível na empresa onde estagiei, a *A2Z Consulting*.

No âmbito do Marketing Estratégico de Destinos Turísticos, uma empresa, até chegar definitivamente ao cliente, deverá ter em conta três etapas. Primeiro que tudo, conhecendo as características dos consumidores individuais em virtude de estudos de mercado (Lindon, Lendrevie, Lévy, Dionísio & Rodrigues, 2004), importa, deste modo, segmentar um mercado, isto é, agrupar os segmentos de acordo com atributos semelhantes (Jobber, 2009; Kotler et al., 2009; Kotler et al., 2010; Pride & Ferrell, 2006).

Seguidamente, no *targeting*, a empresa, com base em determinadas características desejadas, vai selecionar o (s) segmento (s) que considera mais atrativo (s) e onde os esforços de marketing se irão concentrar. Por último, esta empresa vai desenvolver um posicionamento que, além de ser diferente e competitivo face à concorrência, lhe vai permitir acima de tudo procurar dar resposta às necessidades do (s) segmento (s) de mercado que escolheu anteriormente, concebendo ao mesmo tempo um marketing-mix ajustado às especificidades do (s) segmento (s) visado (s) (Kotler et al., 2009; Kotler & Keller, 2010; Jobber, 2009; Pride et al., 2006).

Aplicando ao contexto de estágio, a *A2Z Consulting*, conforme foi salientado neste projeto, apresenta clientes maioritariamente nacionais, nomeadamente as Câmaras Municipais e a Agência para o Desenvolvimento Turístico das Aldeias do Xisto (ADXTUR). Deste modo, esta empresa tem desenvolvido serviços de consultoria e de assessoria especializados em percursos pedestres, procurando sempre ir ao encontro das solicitações dos seus clientes. Por forma a conhecer as necessidades destes clientes, mais do que fazer estudos de mercado sobre a clientela nesta área de negócio, a *A2Z Consulting* faz a diferença, cultivando de forma contínua uma relação próxima com os clientes visados. Ora, tendo em conta a competitividade atual do mercado, concretamente na área da consultoria em turismo de natureza, é vital que a *A2Z Consulting* crie estratégias de

posicionamento diferenciadoras que lhe permitem ganhar um lugar de destaque perante a concorrência.

Em Turismo e Desenvolvimento Económico, é de frisar que o turismo em Portugal teve, em 2017, um impacto total no produto interno bruto na ordem dos 33,5 mil milhões de euros (o correspondente a 17,3% do PIB nacional) e estima-se que, até 2028, esta percentagem aumente 2,4%, atingindo os 44,7 mil milhões de euros (World Travel & Tourism Council [WTTC], 2018). Assim, prevê-se que, em 2028, o turismo tenha um impacto no PIB nacional na ordem dos 20,5% (WTTC, 2018). Por outro lado, em 2017, a contribuição total (direta, indireta e induzida) da atividade turística na criação de emprego foi de 20,4% dos empregos criados nesse ano (o equivalente a 967 500 postos de emprego) (WTTC, 2018). Até 2028, estima-se um crescimento de 1,3% em termos de contribuição total do turismo no emprego, atingindo os 1 151 000 empregos (correspondente a 24,9% do total) (WTTC, 2018).

O desenvolvimento sustentável de qualquer atividade turística deve procurar satisfazer de forma harmoniosa os interesses e as necessidades de todos os stakeholders de um destino, nomeadamente os visitantes, as comunidades locais e os agentes da oferta turística, garantindo, concomitantemente, a preservação dos recursos naturais que são vitais na caracterização dos destinos turísticos. Aplicando ao contexto de estágio, a *A2Z Consulting*, conforme salientado neste projeto, encontra-se especializada na consultoria e assessoria em percursos pedestres e em centros btt.

Ora, a *A2Z Consulting*, mais do que procurar garantir uma experiência memorável aos seus clientes, deve procurar também garantir benefícios às comunidades locais. Por exemplo, os municípios abrangidos pela Grande Rota do Zêzere, nomeadamente Ferreira do Zêzere, Figueiró dos Vinhos e Sertão, certamente irão ser beneficiados em termos económicos. De facto, setores de negócio como a restauração e o alojamento vão registar um maior número de receitas em virtude da passagem e pernoita dos clientes desta empresa. Tudo isto vai contribuir para que, a médio e a longo prazo, a *A2Z Consulting* alcance uma posição de destaque no mercado, pelo que vai beneficiar a sua imagem e o seu prestígio, sobretudo a nível nacional.

Por outro lado, os estágios na área da consultoria em turismo de natureza preparam melhor os estudantes em Gestão e Planeamento em Turismo para quando se inserirem efetivamente no mercado de trabalho, que é atualmente muito desafiador e competitivo.

Sendo o turismo uma área económica que tem registado um enorme crescimento nas últimas décadas, no mundo, na Europa e em Portugal, a capacidade de elaboração de planos estratégicos e sustentáveis de desenvolvimento turístico, bem como a gestão de relacionamentos com pessoas são dois dos aspetos essenciais e determinantes no sucesso de qualquer atividade turística.

Referências Bibliográficas

A2Z Consulting (2018). Quem somos, o que fazemos. Disponível em: <http://development.fullscreen.pt/a2z-consulting/pt/quem-somos/>

Barrera-cero.com (2018). Tenerife: Tramo sendero accesible PR TF25 las Raices-Acentejo. Disponível em: <http://www.barrera-cero.com/tenerife-tramo-sendero-accesible-pr-tf25/>

Caruana, A. (2002). Service quality: The effects of service quality and the mediating role of customer satisfaction. *European Journal of Marketing*, 36 (7/8), 811-828. Doi: 10.1108/03090560210430818.

Catedral de Santiago (2018). Estadísticas. Disponível em: <https://oficinadelperegrino.com/estadisticas/>

Evans, J. R. & Laskin, R. L. (1994). The Relationship Marketing Process: A Conceptualization and Application. *Industrial Marketing Management*, 23(5), 439-454. Doi: 10.1016/0019-8501(94)90007-8

Fisk, R. P., Grove, S. J. & John, J. (2000). *Service Marketing Self-portraits*. Chicago, Illinois: American Marketing Association.

Franco, Manuel (2017). Técnico de animação turística, especializado em percursos pedestres e em centros de BTT. A2Z Consulting, Penela: 24 de novembro.

Grönroos, C. (1996). Relationship marketing: strategic and tactical implications. *Management Decision*, 34(3), 5-14, Doi: 10.1108/00251749610113613.

Jobber, D. (2009). *Principles and Practice of Marketing, 6th edition*. London: McGraw-Hill Companies.

Jornal Pombal (2018). Terras de Sicó cria rede das Aldeias do Calcário para promover turismo. Disponível em: <http://www.pombaljornal.pt/terras-sico-cria-rede-das-aldeias-do-calcario-promover-turismo/>

Kotler, P. & Keller, K. L. (2009). *Marketing Management*, 13th Edition. New Jersey: Pearson Prentice Hall.

Kotler, P., Bowen, J. T. & Makens, J. C. (2010). *Marketing for hospitality and tourism*. (5th ed.). New Jersey: Prentice-Hall.

Luthans, F., Youssef, C. M. & Avolio, B. J. (2007). *Psychological capital: Developing the human competitive edge*. Oxford, United Kingdom: Oxford University Press.

Mayer, J. D. & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. J. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications* (pp. 3-31).

Observatório Europeu LEADER / AEIDL (2001). *A valorização do turismo de passeio pedestre nos territórios rurais. Guia pedagógico sobre a elaboração e execução de um projeto de passeio pedestre* [pdf]. Disponível em: <http://www.dourohistorico.pt/publicacoes/index.php?action=getAnexo&id=72>

Oliver, R. L. (1997): *Satisfaction: a behavioral perspective on the consumer*. New York: McGraw Hill.

Parasuraman, A., Zeithaml, V. A. & Berry, L. L. (1985). A Conceptual Model of Service Quality and its Implications for Future Research. *Journal of Marketing*, 49(4), 41-50. Doi: 10.2307/1251430

Pride, W. M. & Ferrell, O. C. (2006). *Marketing: concepts and strategies*. Boston: Houghton Mifflin Co.

Reynolds, K. & Beatty, S. (1999). Customer Benefits and Company Consequences of Customer-Salesperson Relationships in Retailing. *Journal of Retailing*, 75(1), 11-32. Doi: 10.1016/S0022-4359(99)80002-5

Rita, P. & Antunes, J. (2014). A importância do marketing no desenvolvimento de destinos e produtos turísticos. In C. Costa, F. Brandão, R. Costa & Z. Breda (Eds). *Turismo nos Países Lusófonos: Conhecimento, Estratégia e Territórios* (pp. 187-204).

RTP 1 (2018). Bengala eletrónica destinada a invisuais está a ser desenvolvida por investigadores portugueses. Disponível em: https://www.rtp.pt/noticias/pais/bengala-eletronica-destinada-a-invisuais-esta-a-ser-desenvolvida-por-investigadores-portugueses_v1060246

Sánchez, M., Gil, I. & Mollá, A. (2000). Estatus del marketing de relaciones. *Revista Europea de Dirección y Economía de la Empresa*, 9(3), 47-64. Disponível em: https://www.researchgate.net/profile/Manuel_Sanchez-Perez2/publication/239522758_Estatus_actual_del_marketing_de_relaciones/links/555aeef08ae980ca611940c/Estatus-actual-del-marketing-de-relaciones.pdf

World Travel & Tourism Council [WTTC] (2018). *TRAVEL & TOURISM ECONOMIC IMPACT 2018 PORTUGAL*. Disponível em: <https://www.wttc.org/-/media/files/reports/economic-impact-research/countries-2018/portugal2018.pdf>

Ytravel, lda. (2018). Quem somos, história. Disponível em: <http://www.ytravel.com.pt/pt/quem-somos/>

Zeithaml, V., Berry, L. & Parasuraman, A. (1996). The behavioral consequences of service quality. *Journal of Marketing*, 60 (2), 31-46. Doi: 10.2307/1251929

Apêndice II – Guião da entrevista semiestruturada

Este projeto, inserido no âmbito do mestrado em Gestão e Planeamento em Turismo na Universidade de Aveiro, visa analisar a perceção das pessoas com incapacidade sensoriais e motoras em relação à importância da realização de atividades em contacto com a natureza. Informa-se que a presente entrevista vai ser objeto de gravação, por forma a que os dados obtidos possam ser posteriormente transcritos e analisados. Sublinha-se que os dados têm um fim exclusivamente de investigação, pelo que serão garantidas a confidencialidade e o anonimato das respostas. O seu contributo é fundamental para o sucesso desta investigação, permitindo assim o desenvolvimento de novos produtos turísticos que satisfazem as necessidades e os desejos das pessoas com incapacidades.

Se pretender, com todo o gosto ser-lhe-ão partilhados os resultados deste estudo. Para qualquer pedido de esclarecimento ou informação adicional, contacte-me através do seguinte endereço de e-mail: joaopedrosoares270594@gmail.com ou através do seguinte número de telemóvel: 916157128.

Muito agradeço a sua colaboração.

As seguintes questões destinam-se a conhecer as suas práticas habituais de lazer em turismo, isto é, quando está de férias fora do seu local habitual de residência por um período superior a 24 horas.

1. Gostaria que me falasse das suas experiências de viagens: quando começaram? sempre viajou desde a infância? Que tipo de viagens (de lazer, de visita a familiares ou amigos, de negócios)?
2. Com que frequência costuma fazer viagens? Em que época (s) do ano?
3. Fale-me agora do (s) destino (s) visitado (s). Para onde costuma viajar?
4. Habitualmente, viaja sozinho (a) ou acompanhado (a)?
5. Que tipo de destinos prefere? (destinos culturais, de natureza, praia, etc.)
6. Quais as atividades que mais gosta quando vai de férias? Porquê?

7. Quais as razões para não viajar mais? Até que ponto a deficiência que possui influencia as suas escolhas de viagem?
8. Quais os principais fatores que valoriza na escolha das suas viagens?
9. Que estratégias de adaptação utiliza para contornar os obstáculos encontrados
 - a. No alojamento?
 - b. Nos transportes?
 - c. Nas atrações?
10. Pode partilhar alguma experiência marcante, de forma positiva ou negativa?

As seguintes questões visam compreender as suas práticas habituais em termos de atividades realizadas na natureza.

1. Costuma usufruir de atividades na natureza? Diga-nos o porquê de optar pela natureza e não por outro meio.
2. Quais as atividades que pratica com maior regularidade? Alguma que merece destaque da sua parte?
3. E no futuro? Que atividades deseja realizar, caso tenha oportunidade?

As seguintes questões destinam-se a compreender a sua perceção acerca da importância das atividades que realizou em contacto com a natureza.

1. Quando realizou pela última vez uma atividade baseada no contacto com a natureza?
2. Que atividade (s) realizou? Qual o local da sua dinamização? Fê-la sozinho (a) ou acompanhado (a)? Necessitou de algum tipo de ajuda externa (cão de assistência, andador, cadeira de rodas, próteses auditivas, guia tradutor de Língua Gestual Portuguesa – LGP, entre outros)?
3. Quais os motivos que o (a) levaram a ingressar nessa (s) atividade (s)?
4. Que benefícios procurou obter antes de realizar esta (s) atividade (s)?
5. Que benefícios sentiu após a (s) atividade (s) visada (s)?
6. Com que obstáculos se deparou que tivessem afetado a sua experiência? Pode contar-nos o que sentiu durante a (s) atividade (s) em questão?

7. Que aspetos destaca como essenciais para que essa (s) atividade (s) se possa (m) tornar mais acessível/acessíveis no futuro?
8. Por fim, gostaria de acrescentar alguma informação que possa contribuir para este estudo?

Por fim, ser-lhe-ão pedidas algumas informações sociodemográficas

Descrição da incapacidade (quando foi adquirida?)

1. Auditiva (leve, média, severa ou profunda)
2. Visual (cegueira, com dificuldades visuais/ambliopes)
3. Motora (monoplegia, hemiplegia, paraplegia, tetraplegia, amputado)
4. Outra

Grau de mobilidade (digite aqui o seu grau de incapacidade em percentagem)

Necessita de algum tipo de ajuda para se movimentar?

1. Sim
2. Não

Se sim, que tipo de ajuda necessita para facilitar a sua mobilidade?

1. Cadeira de rodas manual
2. Cadeira de rodas elétrica
3. Muletas/Canadianas
4. Andarilho
5. Cão de assistência
6. Outra

Residência

1. Distrito
2. Concelho
3. Localidade

Idade

Sexo

1. Masculino
2. Feminino

Estado Civil

1. Solteiro
2. Casado
3. Viúvo
4. Divorciado ou Separado
5. União de Facto

Tem filhos?

1. Sim
2. Não

Número de filhos?

Habilitações literárias

1. Não sabe ler, nem escrever
2. Sabe ler e escrever, mas não frequentou a escola
3. Ensino básico, 1º ciclo
4. Ensino básico, 2º ciclo
5. Ensino básico, 3º ciclo
6. Ensino secundário
7. Ensino superior

Situação perante o trabalho

1. Empregado/a
2. Desempregado/a
3. Procura 1º emprego

4. Reformado/a
5. Estudante
6. Doméstico/a

Valor médio do seu rendimento mensal líquido:

1. < 250 €
2. [250 €; 500 €[
3. [500 €; 750 €[
4. [750 €; 1000 €[
5. [1000 €; 1250 €[
6. [1250 €; 1500 €[
7. [1500 €; 1750 €[
8. [1750 €; 2000 €[
9. >= 2000 €

NOTA: O rendimento mensal líquido corresponde ao rendimento mensal depois da dedução do imposto sobre o rendimento, das contribuições obrigatórias dos empregados para regimes de segurança social e das contribuições dos empregadores para a segurança social (Ekonomista, 2017).